ETAPA 9 AÑOS

TEMPORADA _ _ _ _

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN

«1er TRIMESTRE»

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

• Para entrenar de la 1^a a la 4^a semana.

Practicar los conceptos técnicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Golpe plano de derecha.
- Golpe plano de revés.

Practicar los siguientes conceptos relativos a los desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).
- El mantenimiento del peloteo sin fallar.

Trabajar los aspectos coordinativos generales fomentando el golpeo por toda la pista.

Para entrenar de la 5^a a la 8^a semana.

Practicar los conceptos técnicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Servicio por arriba.
- Volea de derecha con desplazamiento previo y en desplazamiento.
- Volea de revés con desplazamiento previo v en desplazamiento.

Asimilar los conceptos técnicos básicos relativos al siguiente golpe plano:

Remate.

Practicar las siguientes combinaciones referentes a los golpes planos entrenados:

- Servicio por arriba ----- golpe de derecha o golpe de revés.
- Golpe de derecha o de revés ----- volea de derecha o de revés.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).
- El mantenimiento del peloteo sin fallar.

Trabajar los aspectos físicos coordinativos generales fomentando el golpeo por toda la pista.

Para entrenar de la 9^a a la 12^a semana.

Practicar los conceptos técnicos básicos relativos al siguiente golpe plano:

- Remate.

Practicar la siguiente combinación referente a los golpes planos entrenados:

Volea de derecha o de revés ----- remate.

Practicar conjuntamente el cambio de empuñadura y los siguientes conceptos relativos a los desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).
- La consistencia en el juego de fondo.
- La importancia de acertar el primer servicio.

Repasar, de forma global, los contenidos trabajados hasta el momento.

2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha.

Concepto: golpe desde el fondo de la pista con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura este de derecha: La mano dominante se sitúa paralela a las cuerdas de la raqueta, y se desliza hasta encontrar la parte inferior de la empuñadura. A continuación la palma de la mano derecha se apoya sobre la parte ancha exterior del mango de la raqueta (se entiende que la mano se acopla al final del mango).
- 1. Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- 2. Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- 3. Finalización del golpe: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.





Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica recordada.

Tarea asignada del Ejercicio 1 (ficha 1) de la Parte Principal:





EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 1a Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE PLANO DE DERECHA) **TIEMPO SESIÓN DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: los jugadores se posicionan de frente en el fondo **PARTE INICIAL** de la pista y realizan el servicio de derecha por abajo e intentan 15' 30' derribar el cono después de superar la red. Eiercicio 2: utilizando la pista entera, se debe realizar un peloteo de dobles intentando que la pelota bote dentro del cuadro de saque. Ejercicio 3: utilizando media pista paralela, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote dentro del cuadro de saque. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, el profesor pelotea 15' 30' de fondo con un alumno golpeando este de derecha paralela. En la otra media pista, dos alumnos pelotean de fondo. Al fallo entra el jugador que espera. Ejercicio 2: peloteo en forma de rueda. El profesor pone la pelota en juego y dos parejas mantienen un peloteo desde el fondo de la pista golpeando una vez cada jugador. Al fallo entra el jugador que espera. **ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR** 30' 15' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro, alternativamente, una pelota a cada uno de los alumnos que hay en la pista y éstos golpean estáticamente de derecha con dirección al pasillo de dobles. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, tras el bote, la golpee de derecha dirigiéndola hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora hay cuatro jugadores en dos filas y golpean en rueda. Después del golpe, el jugador tiene que tocar con la raqueta el vallado del fondo de la pista. **PARTE FINAL** JUEGO Juego 1: gran slam de individual. 15' 30' Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Roland Garros: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y desplazamientos.

Concepto: golpe desde el fondo de la pista con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura este de derecha: La mano dominante se sitúa paralela a las cuerdas de la raqueta, y se desliza hasta encontrar la parte inferior de la empuñadura. A continuación la palma de la mano derecha se apoya sobre la parte ancha exterior del mango de la raqueta (se entiende que la mano se acopla al final del mango).
- 1. Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- 2. Desplazamiento hacia la pelota y apoyo de golpeo.
- 3. Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- 4. Finalización del golpe: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

DERECHA PLANA EN DESPLAZAMIENTO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.

Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: jugar por toda la pista.

EDUC	A		ENTRENA	DOR:				FECH	IA:				
TENN	S.COM	/	GRUPO: 9	AÑOS		TRIME	STRE:	1º	Nº SEN	ΙAΙ	NA: 2ª	Nº SESIÓN:	1
	DOS PAR AMIENTO)		ABAJAR:	GOLPES	BÁS	SICOS	(EL	GOL	PE PL	.AI	NO DE	DERECHA	CON
TIEMPO) 	DE	SARROLL	O DE	LA SES	SIÓN					GRÁFICOS	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		TAMIENTO)									
PARTE			i <mark>o 1:</mark> dos jug o de abaio							шуш			
15'	30'	dentro enfrent el otro Ejercici peloteo dentro Ejercici cruzado	ercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la										
PARTE PI	RINCIPAL		NAMIENTO							F			
15'	30'	de fond En la c cambio sitúan e compai ocupar Ejercici profeso peloteo	to 1: utilizan do con un a potra media po de derecha en los dos poñero, indistin el poste vacio 2: el rey or pone la pero paralelo de	lumno golpo bista, dos a a invertida. ostes de la ntamente e cante. —modificade elota en jue fondo).	eando lumno Los j red y e l que do— e go y le	este dos pelot jugador entran a sea. E en medi os jugad	e dere ean go es que i jugar il que a pista dores r	cha cr blpean e espe al fallo falla p a para mantie	do con eran se o de un oasa a	0-C-O 1 EJE			
15'	30'	Ejercici una pe éstos (diagona jugador posició Ejercici	io 1: el profe lota a cada golpean de al hacia dela r, después d n inicial. io 2: igual zamiento es	esor lanza de uno de los derecha trante o atrá le cada golo que el ej	desde alum as el s) had be, tie ercicio	el carro nnos qu despla cia el p ne que	o, altere hay zamier asillo o volver	rnativa en la nto (la de dob siemp ero ah	pista y teral o bles. El bre a la	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2			
15'	30'	4	1: el trío.							J			
TIEMPO	TOTAL	Finalist Venced	dor		. 3 pur . 6 pur	ntos. ntos.				UEGO 1			0
60'	120'												

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés.

Concepto: golpe a dos manos, desde el fondo de la pista, con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura a dos manos (revés): la palma de la mano no dominante se apoya por en la parte superior, ancha e interior del mango. La mano dominante se sitúa paralela a las cuerdas de la raqueta y se desliza hasta que la palma de la mano derecha se apoye sobre la parte ancha exterior del mango de la raqueta (se entiende que la mano se acopla al final del mango).
- 1. Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- 2. Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- 3. Finalización del golpe: estirando el brazo izquierdo y sin pasar el pie trasero.

REVÉS A DOS MANOS PLANO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica aprendida.

Tarea asignada del Ejercicio 1 (ficha 3) de la Parte Principal:



EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 3a Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE PLANO DE REVÉS) **TIEMPO SESIÓN DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: los jugadores se posicionan de frente en el fondo **PARTE INICIAL** de la pista y realizan el servicio de revés por abajo e intentan 15' 30' derribar el cono después de superar la red. Ejercicio 2: utilizando la pista entera, se debe realizar un peloteo de dobles intentando que la pelota bote dentro del cuadro de saque. Ejercicio 3: utilizando media pista paralela, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote dentro del cuadro de saque. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, el profesor pelotea 15' 30' de fondo con un alumno golpeando este de revés paralelo. En la otra media pista dos alumnos pelotean de fondo. Al fallo entra el jugador que espera. Ejercicio 2: el rey —modificado— en media pista paralela (el profesor pone la pelota en juego y los jugadores mantienen un peloteo de derecha paralelo). ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 30' 15' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro, alternativamente, una pelota a cada uno de los alumnos que hay en la pista, y éstos golpean estáticamente de revés con dirección al pasillo de dobles. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, tras el bote, la golpee de revés dirigiéndola hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora hay cuatro jugadores en dos filas y golpean en rueda. Después del golpe, el jugador tiene que tocar con la raqueta el vallado del fondo de la pista. **PARTE FINAL** JUEGO Juego 1: gran slam de individual. 15' 30' Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Roland Garros: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés y desplazamientos.

Concepto: golpe a dos manos, desde el fondo de la pista, con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura a dos manos (revés): Empuñadura a dos manos (falsa de revés): la palma de la mano no dominante se apoya por en la parte superior, ancha e interior del mango. La mano dominante se sitúa paralela a las cuerdas de la raqueta y se desliza hasta que la palma de la mano derecha se apoye sobre la parte ancha exterior del mango de la raqueta (se entiende que la mano se acopla al final del mango).
 - 1. Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
 - 2. Desplazamiento: hacia la pelota y con apoyo de golpeo.
 - 3. Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
 - 4. Finalización del golpe: estirando el brazo izquierdo y sin pasar el pie trasero.

REVÉS A DOS MANOS EN DESPLAZAMIENTO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: jugar por toda la pista.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 4ª Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE PLANO DE REVÉS CON DESPLAZAMIENTO) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: dos jugadores pegados a la red lanzan pelotas con **PARTE INICIAL** la mano, de abajo hacia arriba, intentando introducir la pelota 15' 30' dentro del aro. A continuación, el jugador que está situado enfrente debe golpear de revés en forma parabólica y hacia el otro lado de la red intentando derribar los conos. Ejercicio 2: utilizando media pista paralela, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote dentro del cuadro de saque. Ejercicio 3: igual que el ejercicio anterior, pero jugando cruzado. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: utilizando media pista cruzada, el profesor pelotea 15' 30' de fondo con un alumno y éste debe golpear de revés cruzado. En la otra media pista, dos alumnos también pelotean de revés (paralelo invertido). Los jugadores que esperan se sitúan en los dos postes de la red y entran a jugar al fallo de un compañero, indistintamente el que sea. El que falla pasa a ocupar el poste vacante. Ejercicio 2: peloteo en media pista cruzada. El profesor pone la pelota en juego y los jugadores mantienen un peloteo cruzado de fondo. Los jugadores que esperan se sitúan en los dos postes de la red y entran a jugar al fallo de un compañero. indistintamente el que sea. El que falla pasa a ocupar el poste ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro, alternativamente, una pelota a cada uno de los alumnos que hay en la pista y éstos golpean de revés tras el desplazamiento (lateral o diagonal hacia delante o atrás) hacia el pasillo de dobles. El jugador, después de cada golpe, tiene que volver siempre a la posición de partida. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora el desplazamiento es vertical hacia delante o atrás. **PARTE FINAL JUEGO** 30' Juego 1: el trío. Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos **TIEMPO TOTAL** 120'

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: el pie delantero orientado al palo derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Elevación de la mano que sujeta la pelota: paralela al muslo izquierdo.
- Posición: codo, altura, hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

SERVICIO PLANO



Dirección: cruzada. Trayectoria: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Acción de aprendizaje: realizar el movimiento completo.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 5ª Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO PLANO POR ARRIBA) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote 15' 30' dentro del cuadro de saque. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero jugando cruzado. Ejercicio 3: jugando solo y empuñando la raqueta continental (como un martillo), se debe golpear la pelota contra el suelo con el canto inferior de la raqueta. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DEL SERVICIO** PARTE PRINCIPAL Ejercicio 1: se deben realizar servicios de la siguiente manera: 15' 30' el jugador que introduce la pelota desde el cono rojo pasa al cono amarillo, el que introduce la pelota desde el cono amarillo pasa al cono verde y se sigue sirviendo desde esta posición hasta cometer un fallo. Cuando se falla el servicio se vuelve a la posición inicial. Los servicios que se ejecuten desde dentro del pasillo de dobles tienen que ser dirigidos hacia el cuadro de servicio más próximo al jugador. Ejercicio 2: la vuelta al mundo. Medio grupo empieza por los conos roios y el otro medio grupo por los conos amarillos. Se empieza por los conos más cercanos a la red y al introducir el servicio se pasa al siguiente cono más alejado. En caso de fallo se vuelve al cono inicial. Una vez se consigue llegar al final de los conos rojos se pasa a los conos amarillos y viceversa. 15' 30' O ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor, desde la volea y utilizando media pista paralela, pelotea con un jugador haciéndole desplazar hacia delante y hacia atrás. Al finalizar dos peloteos el jugador tiene que correr hasta el vallado del otro fondo de la pista y esperar su turno de juego. Tarea asignada: en la otra media pista, un jugador, desde el pasillo de dobles, sirve hacia el cuadrado de servicio hacia otro jugador que resta hacia los conos. El jugador que introduzca tres servicios seguidos pasa a la posición del resto. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cuando la pelota bota corta el jugador tiene que subir a la red y finalizar el punto de volea. **PARTE FINAL** 15' 30' Juego 1: Copa Davis en media pista cruzada. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120' 60'

6ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura: este en el golpe de derecha. Este en ambas manos del golpe de revés.
- Posición de los pies y el cuerpo: perfilados a la red.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto.
- Finalización: recortada.

VOLEA DE DERECHA



VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamiento: vertical.

Acción de aprendizaje: golpeo de volea previo desplazamiento de aproximación a la

pelota.

Combinación de acciones: golpe de fondo de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

EDUC	A	ENTRENADO	R:		FECH	A:			
TENN	IS.COM	GRUPO: 9 AÑ	os	TRIMESTRE:	1º	Nº SEMA	ANA: 6ª	Nº SESIÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	TRABAJAR: GOLPE	S BÁSICOS (LA VOLEA DE	DERE	CHA Y [DE REVÉ	S)	
	SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN						
15'	SESIÓN 2 HORAS INICIAL 30'	CALENTAMIENTO Ejercicio 1: jugando so alternativamente de de Ejercicio 2: igual que corriendo alrededor de Ejercicio 3: a tres mipelota con la mano y una volea de derechi lanzador. Ejercicio 4: peloteo de pelota dentro del cuad Ejercicio 5: se deben pista.							
	RINCIPAL	ENTRENAMIENTO DI Ejercicio 1: el profeso		nieta naralala	v de	sde la 5			
15'	30'	volea, realiza con dos volea. En la otra medi un peloteo de volea a Grupo de tarea asig jugador lanza la peloi alternativamente una las manos del lanzado Ejercicio 2: igual qui profesor sólo volea co entrar a los tres fallos ENTRENAMIENTO DI Ejercicio 1: el profe alternativamente pelot dos jugadores. Éstos de dobles. Tarea asignada: en la pasillo de dobles sirve jugador situado dentro devolver el saque sin los conos una vez su tres voleas seguidas p Ejercicio 2: igual que el otro medio lado de la	jugadores ur a pista, dos juvolea. nada: a tres a con la mai volea de derer. e el ejercicion un alumno de su compañ e «CARRO» (esor, en me as a la volea ienen que dir del cuadrado que bote y doerada la redasa a la posicel ejercicio an	n peloteo en trugadores inteniugadores inteniugadores inteniugadores inteniugadores y una de constante de con	fo de v tan ma distance añero (e revés ero ahedor espondor espondor de cio hace ste tier ando due introdu.	olea a ntener ia, un golpea hacia ora el pera a és) de pasillo sde el ia otro ne que erribar oduzca			
PARTE	FINAL	JUEGO							
15' TIEMPO 60'	30' TOTAL 120'	Juego 1: el winner. Vencedor Vencedor				J U E G G O		0	

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés con desplazamiento diagonal.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura: este en el golpe de derecha. Este en ambas manos del golpe de revés.
- Posición de los pies y el cuerpo: perfilados a la red.
- Preparación del golpe (alta y recortada).
- Punto de impacto.
- Finalización: recortada.

VOLEA DE DERECHA



VOLEA DE REVÉS



Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamiento: diagonal.

Acción de aprendizaje: golpeo de volea junto con desplazamiento diagonal.

Combinación de acciones: golpe de fondo de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA** TRIMESTRE: 1° **GRUPO: 9 AÑOS** Nº SEMANA: 7^a Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS CON ANTERIOR **DESPLAZAMIENTO)** TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: jugando solo, se debe golpear la pelota hacia arriba **PARTE INICIAL** alternativamente de derecha v de revés. 15['] 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: cuatro jugadores, desde la línea de fondo, cogen desde el suelo pelotas y las lanzan con la mano (tiro de piedra) hacia dos jugadores situados en la red y las tienen que volear e intentar introducir en el cuadro de servicio. Ejercicio 4: se debe realizar un peloteo en media pista paralela intentando introducir la pelota dentro del pasillo de dobles y derribar los conos tras el bote. Eiercicio 5: se deben realizar servicios desde el fondo de la PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** 15' 30' Ejercicio 1: el profesor pone la pelota en juego y el jugador, dirigiendo sus golpes hacia la volea del profesor, mantiene un peloteo de la siguiente manera: dos golpeos de fondo, una aproximación a la red y dos voleas. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un iugador lanza la pelota con la mano v su compañero golpea alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora el jugador golpea en forma de aproximación a la red y dos voleas. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: dos jugadores situados en la línea de servicio realizan el siguiente ejercicio: el profesor, desde el carro, les lanza la pelota para que el jugador se desplace en diagonal y golpee de volea (derecha o revés). Al finalizar la volea, el jugador tiene que recuperar la posición de partida (sin dar la espalda al profesor) e iniciar el desplazamiento del siguiente golpeo. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora hay cuatro jugadores y dos raquetas. Después de cada volea, el jugador pasa la raqueta a su compañero. **PARTE FINAL JUEGO** 15' Juego 1: el winner. 30' Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120

GOLPES BÁSICOS: técnica del remate con bote.

Concepto: golpe plano con bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición del cuerpo y los pies: perfilados a la red.
- Posición: codo, altura, hombro.
- Punto de impacto: golpeo de muñeca hacia abajo.
- Terminación con retención.

REMATE



Trayectoria: descendente.

Acción de aprendizaje: remate previo lanzamiento vertical de la pelota lanzada por el propio jugador.

EDUC	A		ENTREN	ADOR:		FECH	łA:		
	S.CON	1	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMESTRE	: 1°	N° SEM	ANA: 8ª	Nº SESIÓN: 1
			AJAR: GO	LPES BÁSICOS	(EL REMATE	CON B	OTE)		
TIEMPO	SESIÓN			ESARROLLO D	E LA SESIÓN				GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		ITAMIENT	-			l'		
PARTE 15'		peloteo los con Ejercici cruzado Ejercici pista. Ejercici jugador pelota	o de derechos. o 2: igua o 3: se do o 4: desd r, con la hacia arrib	ndo media pista na y de revés int al que el ejerc eben realizar se e el medio del mano que no e na (muy alta) pa tro lado de la pist	derribe ugando o de la mismo anza la				
PARTE PI	DINCIDAL	ENTDE	NIA MIENT	O DE «CARRO»	CON DDOES	·OP			1 7
15'	30°	Ejercici que do: bote, d que esp Ejercici profeso	o 1: el pros s jugadore e remate peran entra o 2: igua or lanza las	ofesor lanza pelos desde el cuado hacia el otro lado an al fallo de su o la que el ejercio bolas de mane te, un remate.	otas en forma do o de servicio go lo de la pista. L compañero. cio anterior, pe	de glob olpeen, os jug ero al	tras el gadores	E JERCO CO O O O	
15'	30'	Ejercici la pelor tras el punto h Venceo Venceo Ejercici ser en l Venceo Venceo	o 1: partid ta en jueg bote, tiene nasta su fin dor to 2: igual forma de tr dor dor	O DE PELOTEO o de dobles —m o en forma de ge e que golpear la alización)	odificado— (el plobo, muy alto, pelota de rema puntos. puntos. puntos. puntor, pero el puntos.	y el ju te y se	ugador, eguir el	E J ERC C C C C C C C C C C C C C C C C C C	
TIEMPO	30'	Venced	1: el <i>winne</i> dor	r. 6 β 6 β					
60'	120'								

GOLPES BÁSICOS: técnica del remate sin bote.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición del cuerpo y de los pies: perfilados a la red.
- Posición: codo, altura, hombro.
- Punto de impacto: golpeo de muñeca hacia abajo.
- Terminación con retención.

REMATE



Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Acción de aprendizaje: remate previo bote alto de la pelota lanzada por el profesor. Combinación de acciones: volea de derecha o de revés y remate.

EDUC	A		ENTREN	ADOR:		FECH	HA:				
	S.CON	/	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMESTRE	: 1°	Nº SEN	IAN	A: 9 ^a	Nº SESIÓ	N: 1
			AJAR: GO	LPES BÁSICOS	(EL REMATE	SIN BO	DTE)				
TIEMPO				ESARROLLO D	E LA SESIÓN					GRÁFICO	5
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		ITAMIENT	_		h aa	li=a=a				
PARTE 15'		peloteo en el cu Ejercici cruzado Ejercici pista. Ejercici jugador pelota	de derectuadro del foo 2: igualo. o 3: se de o 4: desde o 1: desd	ndo media pista na y de revés in ondo de la pista. Il que el ejerceben realizar se el medio del mano que no e pa y, sin dejar el hacia el otro lac	EJERCICIO 1 EJERCICIO 4	•					
PARTE PI	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENT	O DE «CARRO»	CON PROFES	OR				\overline{A}	
15'	30'	Ejercici que dos remate esperar Ejercici profeso golpear	o 1: el pros jugadores hacia el n entran al o 2: igua r lanza la una volea	ofesor lanza pelos, desde el cuadro lado de la fallo de su comp l que el ejercios bolas de ma y un remate. O DE PELOTEO de dobles —m	otas en forma de ro de servicio, la pista. Los ju añero. cio anterior, penera que el ju	de glok as golp igadori ero al igador	peen de es que nora el pueda	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2 EJ			
15'	30'	la pelotien la reen el fijugador Venced Venced Ejercicier en fivenced Venced Venced Enced	a en juego d y éstos l fondo. Se es que esp lor o 2: igual forma de tr lor	o en forma de glo a golpean de rer sigue el punto peran entran al fa 6 p que el ejercicio a	obo a dos jugad mate hacia otros o hasta su fina allo de su compa ountos. ountos. anterior, pero el ountos.	ores s dos s alizació añero).	ituados ituados in. Los	ERCICIO 1 EJERCICIO 2			
PARTE 15'	FINAL 30'	JUEGO		e dobles —modi	ficado— (el pro	ıfesor ı	none la				
	TOTAL	pelota e red, y é red el p Venced	en juego e esta remata unto hasta lor	n forma de globo a sin dejar botar su finalización). 6 p	sobre la pareja la pelota siguie puntos.	situad	da en la	UEGO 1			
60'	120'	1									

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y de revés. «Práctica del cambio de empuñadura en el paso de un golpe al otro con desplazamientos».

Concepto: paso de empuñadura este de derecha en el *drive* a empuñadura este (ambas manos) en el revés.

CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE DERECHA A LA DE REVÉS (UNA MANO)



CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE REVÉS (DOS MANOS) A LA DE DERECHA



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.

- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: jugar por toda la pista.

EDUC	A		ENTRENADOR:		FE	CHA:		
TENNI		1	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	1°	Nº SEI	N/	ANA: 10 ^a Nº SESIÓN: 1
CONTENII A OTRO)	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPES BÁSICOS (EL CAMBIO D	E E	MPUÑAD	U	RA AL PASAR DE UN GOLPE
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFICOS
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO					
1 HORA	2 HORAS		io 1: dos jugadores pegados					
PARTE I	30'		o, de abajo hacia arriba, inte				JE	
10	30		del aro. A continuación, el e debe golpear alternativame				R C I	
			ma parabólica y hacia el otro				CIO	
			ar correctamente la raqueta e			iteritariae	1	
			io 2: utilizando la pista en			alizar un	E	
			de dobles intentando que	la pelota bot	e d	entro del	E R C	
			de fondo.			!	C	
			io 3: utilizando media pista p o de derecha y de revés inte				0	
			del cuadro de fondo.	entando que la	a pe	iola bole	J	
			io 4: se deben realizar serv	icios desde el	for	ndo de la		
		pista.						
PARTE PE			NAMIENTO DE PELOTEO				Ę	
15'	30'		<mark>io 1</mark> : utilizando media pista p do con un alumno golpeand				E R	
			a y de revés cruzado y p				0 - 0	
			de empuñadura. En la otra				0	
		pelotea	an de la misma manera que lo	s anteriores. L	.os j	ugadores	1	
			peran se sitúan en los dos p				E	
			Il fallo de un compañero. El vacante.	que falla pasa	aa	ocupar el	E R C	
			io 2: el rey —modificado— (en media nista	a na	ralela (el	101	→ → →
			or pone la pelota en juego y l				2	
			paralelo de fondo).	, 0				
4.51	0.01		NAMIENTO DE «CARRO» (EJ	
15'	30'		io 1: el profesor lanza desde				R C	
			lota a cada uno de los dos al golpean alternativamente				.0_0	
			ndo el cambio de empuñadur			ie leves	1	
			de tarea asignada: un jugado			la pista, y	_	
			a espaldas del vallado de				JE	Y
			res, lanza con la mano alterr				010	
			a y una al revés para que su dirigiéndola hacia las manos		as e	el bote, la	0	
			io 2: igual que el ejercicio ant		ra h	av cuatro	2	
			res en dos filas y una so					Ω
			res se la intercambian tras					
			olpe, el jugador tiene que toc	ar con la raque	eta (el vallado		
PARTE	EINIAI	JUEG0	do de la pista.					
	30'		1: gran slam de individual.					
		Open U	JSĀ:				JUE	
		Vence	dor 6 pu	ntos.			0	
			dor 6 pu	ntos.			'	
			l Garros: dor 6 pu	ntos				
			dor 6 pu					_
TIEMPO	TOTAL							

FECHA:

11ª-12ª semana

REPASO DE CONTENIDOS: juegos y competiciones.

Concepto: variación de la metodología utilizando como base el juego y la competición para repasar los contenidos trabajados.

Aspectos que se han de tener en cuenta:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota: colocación según el bote de la pelota.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La importancia de acertar el primer servicio.

EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 11ª Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN DE INDIVIDUAL **TIEMPO SESIÓN DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO TÉCNICO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: calentamiento técnico antes de un partido: **PARTE INICIAL** Peloteo fondo-fondo en media pista. 30' 15' Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (otro jugador). Sorteo de elección de servicio y del lado de campo. **PARTE PRINCIPAL** COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de individual en forma de liga y al 15' 30' mejor de 3 games -- modificado -- (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan golpeando en forma de rueda). Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. COMPETICIÓN 30' 15' Ejercicio 1: competición de individual en forma de liga y al mejor de 3 tie-break - modificado - (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan golpeando en forma de rueda). Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. **PARTE FINAL** JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL 15' 30' Juego 1: el winner. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 60

EDUCA	\		ENTRENADOR: FECHA:									
TENNIS	S.COM	-	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	1º	N° SEM	ANA: 12ª	Nº SESIÓN: 1				
CONTENIDO	OS PARA T	rab <i>i</i>	AJAR: COMPETICIÓN D	E INDIVIDUAL								
TIEMPO SI	ESIÓN		DESARROLLO	DE LA SESIÓN				GRÁFICOS				
			TAMIENTO TÉCNICO									
PARTE IN		j <mark>ercici</mark> o Sim	o 1. Iulación para realizar la i	nscripción.								
15' 3	0'		teo del cuadro.									
	•	Ord	len de los partidos.									
				<u> </u>								
				<u> </u>								
PARTE PRI			TICIÓN									
15' 3	0' E		o 1: calentamiento técnic oteo fondo-fondo en med					₩				
	•		oteo fondo-red (volea y r	-								
	•		oteo fondo-red (otro juga	idor).								
	s		vicios. de elección de servicio y	del lado de campo) .	,		⊗				
	E	jercicio	o 2: competición open	en media pista —	-modif							
			ga a 1 set de 4 juegos d e de una pista, los jugado									
			, ao ama piota, ioo jagaac	area que coperam e		.,.						
30' 6		jercicio										
30 0	-	rimera ∕₂ final.	ronda.									
	3	3 ^{er} y 4º	puesto.									
		5° y 6° Final.	puesto.									
			or a									
	3	^{er} clasi	ficado	5 puntos.								
	4	° clasif	ficado	3 puntos.								
TIEMPO T 60' 1:	OTAL 20'											

ETAPA 9 AÑOS

TEMPORADA _ _ _ _

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN «2º TRIMESTRE»

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

• Para entrenar de la 1^a a la 4^a semana.

Practicar de forma global (técnica y desplazamientos) los siguientes golpes planos:

- Golpe plano de derecha.
- Golpe plano de revés.
- Servicio por arriba.

Practicar la siguiente combinación referente a los golpes planos entrenados:

- Servicio por arriba ----- golpe de derecha o golpe de revés.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota: colocación según el bote de la pelota.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La importancia de acertar el primer servicio.

Trabajar los aspectos coordinativos generales fomentando el golpeo por toda la pista.

Para entrenar de la 5^a a la 8^a semana.

Practicar de forma global (técnica y desplazamiento) los siguientes golpes planos:

- Volea de derecha.
- Volea de revés.

Practicar los conceptos técnicos básicos relativos al siguiente golpe plano:

Remate.

Practicar las siguientes combinaciones referentes a los golpes planos entrenados:

- Golpe de derecha o de revés ----- volea de derecha o de revés.
- Volea de derecha o de revés ----- remate.

Iniciar el entrenamiento de los siguientes conceptos tácticos de individual referentes al juego en media pista:

- Diferenciación de la pelota larga con relación a la pelota corta.
- Reconocimiento de la pelota para subir a la red.

Trabajar los aspectos físicos coordinativos generales fomentando el golpeo por toda la pista.

• Para entrenar de la 9^a a la 12^a semana.

Iniciar el entrenamiento de los siguientes conceptos tácticos de individual referentes al juego en general con relación a lo practicado anteriormente:

- Servicio de fondo en la táctica de media pista.
- Resto y red en la táctica de media pista.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.

Repasar, de forma global, los contenidos trabajados hasta el momento.

2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha con desplazamiento.

Concepto: golpe desde el fondo de la pista con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

DERECHA PLANA EN DESPLAZAMIENTO

Empuñadura: este de derecha.



en semirotación.

1- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o



2- Desplazamiento hacia la pelota y apoyo de golpeo.



3- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.



4- Finalización del golpe: recogiendo la raqueta con la mano

izquierda.

Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: forzar al jugador a golpear siempre con desplazamiento en situaciones progresivamente de mayor dificultad.

EDUC	Α		ENTRENA	DOR:			FE	ЕСНА	\:				
	IS.COM	/1	GRUPO: 9	AÑOS	TF	RIMEST	RE: 2º	N	I° SEM	ANA:	1 ^a	Nº SESIÓN:	1
	DOS PAI		ABAJAR:	GOLPES	BÁSIC	COS (E	L G	OLPE	E PL	ANO	DE	DERECHA	CON
	<u>(AMIENTO)</u> SESIÓN)	DESARROLLO DE LA SESIÓN								GRÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO		<u> </u>							<u> </u>	
1 HORA	2 HORAS		io 1: dos jug							F	4		
15'	30'		o, de abajo							📍		0	
10			del aro. A e debe des _l						▼				
			parabólica h							1 4	4	0	
			el jugador d		erar la p	osición	de pai	rtida a	antes				
			ar el próximo io 2: utilizan		ieta nara	مع دامار	daha	roaliz	ar un	ᅥᇰ			
			de fondo de										
		contra	una pareja q	ue golpea e	en forma	de rued	a.				- ◀		
			io 3: igual	que el e	jercicio	anterior	, per	o jug	ando		l		
		cruzado	o. <mark>io 4:</mark> se det	en realizar	servicio	ns desde	el fo	ndo (de la				
		pista.	. J. J. UCL	on rounzai	JOI VIOIC	o acout	. OI IC	,,,ao (40 Id				
	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENTO	_	_	_				_		4	
15'	30'		io 1: utilizan										
			do con un a otra media p								•		➤
			de derech								4		
			en los dos po							4		V. • •	
			ñero, indistii el poste vac		I que se	ea. El c	ue fa	lla pa	sa a				
			io 2: el rey		do— en	media i	oista p	aralel	la (el				
		profeso	or pone la pe	elota en jue									
		peloteo	de derecha	paralelo).							→		
		ENTO	NAMIENTO	DE "CADI	90° CO	N DDOE	ESOE						
15'	30'		io 1: el profe			_			ente.				
		una pe	lota a cada	uno de los	alumno	s que h	ay en	la pis	sta, y				
			golpean de										
			al hacia dela dor, despué:								Ī		
			ción inicial ar					0.0111	p. 0 u				
			io 2: igual						ra el		•		
		desplaz	zamiento es	vertical hac	ia delan	te o hac	a atrá	S.					∇
									:		9		\sim
DADTE	FINAL	JUEGO	<u> </u>										
15'	30'		1: el trío.										
		Venced	dor										5
			a)		
			dor a								•		
		, manst			. o parito								J
												-	
TIEMPO	TOTAL	1											
60'	120'	1											

2ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés con desplazamiento.

Concepto: golpe a dos manos, desde el fondo de la pista, con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

REVÉS A DOS MANOS EN DESPLAZAMIENTO

Empuñadura: este tanto en la mano derecha como en la izquierda.



en semirotación

1- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o



2- Desplazamiento: hacia la pelota y con apoyo de golpeo.



3- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.



4- Finalización del golpe: estirando el brazo izquierdo y sin pasar

el pie trasero.

Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

Recuperación del punto de partida.

- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

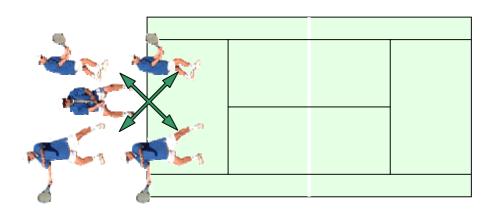
Acción de aprendizaje: forzar al jugador a golpear siempre con desplazamiento en situaciones progresivamente de mayor dificultad.

EDUC	A		ENTRENADO	R:		FECH	IA:					
TENN	S.CON	1	GRUPO: 9 AÑ	ios	TRIMESTRE	2°	N° SEM	A۱	NA: 2ª	Nº SE	SIÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPE	S BÁSICOS (EL GOLPE PL	ANO	DE REVI	ÉS	CON D	ESPLA	ZAMIENTO)	
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN						GRÁFICOS			
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	ITAMIENTO									
1 HORA PARTE	2 HORAS		o 1: dos jugado					E				
15'	30'		o, de abajo ha					E R	•		\bigcirc	
10	30		del aro. A co e debe despla					i C			0	
			parabólica hac					0	—			
			el jugador deb					<u> </u>				
			ar el próximo g					J E				
			o 2: utilizando					C I			4 50	
			de fondo de la una pareja que					0	\wedge	-		
			ra entra al fallo			Li que	, cota a	3	Ĭ			
			o 4: se deben			I fond	o de la					
		pista.						\downarrow			-	
PARTE P			NAMIENTO D		muzada al a	focs=	nolots =	Ę				
15'	30'		o 1: utilizando lo con un alum					E (
			media pista, d					i C				
		paralel	o invertido. Los	jugadores qu	ie esperan se	sitúan	en los	0				
			stes de la red y						9	V		
		vacante	tamente el que	sea. El que t	alla pasa a oc	upar e	ei poste	E J E				
			o 2: peloteo en	media pista d	cruzada. El pro	ofesor i	pone la	R C				
			en juego y los								*	
			do. Los jugado					2	♂ ◀	1	> 0	
			de la red y e									
		vacante	tamente el que	sea. El que i	alia pasa a oc	upar e	ei poste					
15'	30'		NAMIENTO D	E «CARRO» (CON PROFES	OR		Ę				
			o 1: el profeso					E R				
			lota a cada un									
			golpean de re al hacia delante					0				
			dor, después d						—			
		la posid	ción de partida.		·		·	E J E				
			o 2: igual qu				nora el	R C			Q	
		desplaz	zamiento es vei	tical hacia de	lante o hacia a	itrás.						
								2	(
								1				
PARTE	FINAL	JUEGO)					\dagger				
15'	30'	Juego	1: el trío.					_ ای				
			lor					G				
			a lor					1	\mathcal{A}			
			a						-			
				о ре								
TIEMDO	TOTAL											
60'	120'											

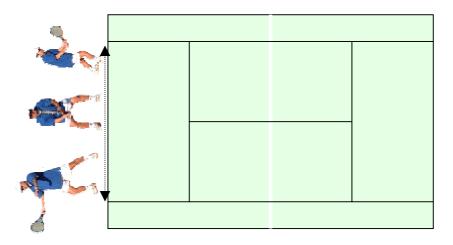
GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y de revés con desplazamiento.

Concepto: intercalar diferentes golpes atendiendo a los diversos desplazamientos.

DESPLAZAMIENTO EN ASPA



DESPLAZAMIENTO LATERAL



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamientos:

- Desplazamiento hacia la pelota y con apoyo de golpeo.
 - Recuperación del punto de partida.
 - Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: forzar al jugador a golpear siempre con desplazamiento en situaciones progresivamente de mayor dificultad.

EDUC	Α		ENTRENADO	OR:		FECH	A:				
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 9 A	ÑOS	TRIMESTRE	2°	N° SEN	lΑ	NA: 3ª	Nº SESIÓN: 1	
	DOS PARA		AJAR: GOLI	PES BÁSICOS	(EL GOLPE	PLAN	IO DE	DE	ERECHA	Y DE REVÉS CO	N
	SESIÓN		DES	ARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFIC	os	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		ITAMIENTO								
	INICIAL			dores pegados acia arriba, hac				E J E)
15'	30'	jugado	que tienen s	tuado enfrente	. A continuacio	ón, el ji	ugador	CIC	T		▼
				esplazarse, pa ro lado de la re		ear en	forma	0			
				media pista p		oe reali	izar un	E			•
				la siguiente m los conos tras				J E R C			\neg
				a al fallo de un		Jeiola.	⊏i que	1010			
		-	o 4: se debe	n realizar serv	icios desde e	l fondo	de la	2			$\overline{\ }$
		pista.									7
PARTE P	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENTO I	DE PELOTEO				1			\dashv
15'	30'			-modificado—				E J E R			
			or pone la pelo paralelo de fo	ota en juego y l ondo).	los jugadores	mantiei	nen un	0 1 0		\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	
		Ejercici	o 2: el rey —	-modificado—				0			\supset
			or pone la pelo o paralelo de fo	ota en juego y l ondo)	los jugadores	mantiei	nen un	F			
		ροιστου	paraioio do i	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				J E R	<u> </u>		,
								CICI	_ ◀	 	51
								O 2			
											\mathbb{N}
		ENTO	NAMIENTO	DE «CARRO» (CON DECES						_
15'	30'			or lanza desde			mente,	E J F			•
				jugador se des				RCL			◀
				de revés en fo . El jugador qu				0			
		compa				مامام ا	oioto v	1			
				l <mark>ada:</mark> un jugado del vallado de				E J E			
		jugado	res, lanza con	la mano, alterr	nativamente, u	na pelo	ota a la	C	*		
				és para que su acia las manos		ras ei c	ооте, іа	0			▶
		Ejercici	o 2: igual q	ue el ejercici	o anterior, pe		ora el				ì
		desplaz	zamiento es ve	ertical hacia de	lante o hacia a	tras.					
	FINAL	JUEGO									
15'	30'	Juego Open U	1: gran slam d ISA	e individual.				JUF			4
		Venced	lor	6 р				GO	b ◀		
			a Garros	3 pı	untos.			1			
		Venced	lor	6 pı							
		Finalist	a	3 pu	ntos						
TIEMBO	TOTAL										
60'	120'										

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba.

Técnica básica:

SERVICIO PLANO

- Empuñadura: este de derecha.



1- Posición de los pies: el pie delantero orientado al palo derecho de la

red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.



2- Elevación de la mano que sujeta la pelota: paralela al muslo

izquierdo.



3- Posición: codo, altura, hombro.



4- Impacto: parabólico y finalización cruzando el brazo izquierdo por

debajo del brazo derecho.

Dirección: cruzada.

Trayectoria: semiparabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Acción de aprendizaje: realizar el movimiento completo y trabajar sobre objetivos.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 4a Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO PLANO POR ARRIBA) **TIEMPO SESIÓN DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote 15' 30' dentro del cuadro de saque. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero intentando que bote en el cuadro de fondo. Ejercicio 3: jugando solo y con empuñadura continental (como un martillo), se debe golpear la pelota contra el suelo con el canto inferior de la raqueta. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DEL SERVICIO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: se deben realizar servicios de la siguiente manera: 15' 30' el jugador que introduce la pelota desde el cono rojo pasa al cono amarillo, el que introduce la pelota desde el cono amarillo pasa al cono verde y se sigue sirviendo desde esta posición hasta cometer un fallo. Cuando se falla el servicio se vuelve a la posición inicial. Los servicios que se ejecuten desde dentro del pasillo de dobles tienen que ser dirigidos hacia el cuadro de servicio más próximo al jugador. Ejercicio 2: la vuelta al mundo. Medio grupo empieza por los conos rojos y el otro medio grupo por los conos amarillos. Se empieza por los conos más cercanos a la red y al introducir el servicio se pasa al siguiente cono más alejado. En caso de fallo se vuelve al cono inicial. Una vez se consigue llegar al final de los conos rojos se pasa a los conos amarillos y 30' 15' ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor, desde la volea y utilizando media pista paralela, pelotea con un jugador haciéndole desplazar hacia delante y hacia atrás. Al finalizar dos peloteos, el jugador tiene que correr hasta el vallado del otro fondo de la pista y esperar su turno de juego. Tarea asignada: en la otra media pista, un jugador desde el pasillo de dobles sirve hacia el cuadrado de servicio hacia otro \bigcirc jugador que resta hacia los conos. El jugador que introduzca tres servicios seguidos pasa a la posición del resto. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cuando la pelota bota corta el jugador tiene que subir a la red y finalizar el punto de volea. **PARTE FINAI** JUEGO Juego 1: Copa Davis en media pista cruzada. 15' 30' Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120'

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés con desplazamiento diagonal.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

Técnica básica:

VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS EN DESPLAZAMIENTO

Empuñadura: este en el golpe de derecha. del golpe de revés.





1- Posición de los pies y del cuerpo: perfilados

a la red.





2- Desplazamiento hacia la pelota con la

preparación alta y recortada.





4- Punto de impacto.





5- Finalización: recortada.

Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista).

Desplazamiento: diagonal.

Acción de aprendizaje: golpeo de volea junto con desplazamiento diagonal. Combinación de acciones: golpe plano de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA** TRIMESTRE: 2° **GRUPO: 9 AÑOS** Nº SEMANA: 5a Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS CON ANTERIOR **DESPLAZAMIENTO)** TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: jugando solo, se debe golpear la pelota hacia arriba **PARTE INICIAL** alternativamente de derecha v de revés. 15['] 30 Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: cuatro jugadores desde la línea de fondo cogen pelotas desde el suelo y las lanzan con la mano (tiro de piedra) hacia dos jugadores situados en la red. Éstos las tienen que volear e intentar introducir en el cuadro de servicio. Ejercicio 4: peloteo en media pista paralela intentando introducir la pelota dentro del pasillo de dobles y derribar los conos tras el bote. Eiercicio 5: se deben realizar servicios desde el fondo de la PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** Ejercicio 1: el profesor realiza con dos alumnos un peloteo de 15' 30' volea a volea en forma de trío. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano y su compañero golpea alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora en forma de dobles. Ejercicio 3: igual que los ejercicios 1 y 2, pero ahora en media pista paralela el profesor volea con un alumno. Una pareja volea en la otra media pista. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: dos jugadores situados en la línea de servicio y dos jugadores en espera, realizan el siguiente ejercicio: el profesor, desde el carro, les lanza la pelota para que el jugador se desplace en diagonal y golpee de volea de derecha o de revés. Al finalizar la volea entra el jugador que espera, y el jugador que acaba de volear tiene que recuperar la posición de partida (sin dar la espalda al profesor) e iniciar el desplazamiento del siguiente golpe al lado opuesto del último golpeo. Ejercicio 2: un jugador realiza una volea de derecha y una de revés. Al acabar se coloca al final de la fila y espera su turno de iueao. **PARTE FINAL JUEGO** 15' Juego 1: el winner. 30' Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120

GOLPES BÁSICOS: técnica del remate.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

Técnica básica:

Empuñadura: este de derecha.

REMATE



1- Posición del cuerpo y de los pies: perfilados a la red.



2- Posición: codo, altura, hombro.



3- Punto de impacto: golpeo de muñeca hacia abajo y terminación

con retención.

Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Acción de aprendizaje: remate ante vuelo alto y parabólico de la pelota.

Combinación de acciones: volea de derecha o de revés y remate.

EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 6a Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL REMATE SIN BOTE) **TIEMPO SESIÓN GRÁFICOS DESARROLLO DE LA SESIÓN** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota entre 15' 30' en el cuadro del fondo de la pista. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero jugando cruzado. Ejercicio 3: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. Ejercicio 4: desde el medio del cuadro de saque, el mismo jugador, con la mano que no empuña la raqueta, lanza la pelota hacia arriba y, sin dejar que la pelota bote, debe golpearla de remate hacia el otro lado de la pista. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR **PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: el profesor lanza pelotas en forma de globo para 15' 30' que dos jugadores, desde el cuadro de servicio, las golpeen de remate hacia el otro lado de la pista. Después del golpeo, el jugador tiene que tocar la red con la raqueta. Los jugadores que esperan entran al fallo de su compañero. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora el profesor lanza las bolas de manera que el jugador golpee una volea y un remate. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** 30' 15' Ejercicio 1: partido de individual (por equipos) —modificado— (el profesor pone la pelota en juego en forma de globo a un jugador situado en la red, que debe golpear de remate, sin bote, hacia otro jugador situado en el fondo. Se sigue el punto hasta su finalización. Los jugadores que esperan entran al fallo de sus compañeros). Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero el partido debe ser en forma de trío. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **PARTE FINAL JUEGO** 15' Juego 1: el rey de dobles -modificado- (el profesor pone la 30' pelota en juego en forma de globo sobre la pareja situada en la red, v ésta remata, sin dejar botar la pelota, siguiendo desde la red el punto hasta su finalización). Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120' 60'

7^a semana

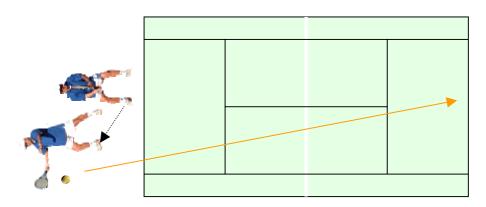
TÁCTICA DE INDIVIDUAL: diferenciar la pelota larga con relación a la pelota corta.

Concepto:

Pelota larga: hablamos de pelota larga cuando el golpe se realiza con los pies fuera de la pista.

Ante pelotas largas mantendremos el peloteo apuntando hacia el centro de la pista.

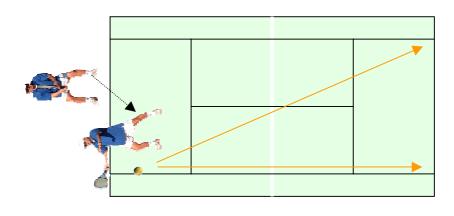
PELOTA LARGA



Pelota corta: hablamos de pelota corta cuando el golpe se realiza con los pies dentro de la pista.

Ante pelotas cortas, daremos la oportunidad de cambiar la dirección del golpe o de colocar la pelota al hueco.

PELOTA CORTA



ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 7^a Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: TÁCTICA DE INDIVIDUAL (DIFERENCIAR LA PELOTA LARGA RESPECTO A LA PELOTA CORTA) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota, tras el 15' 30 bote, derribe los conos. Ejercicio 2: utilizando media pista cruzada, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota entre en el cuadro del fondo de la pista. Ejercicio 3: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. PARTE PRINCIPAL ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor lanza pelotas largas y cortas, 30' 15' alternativamente, a dos jugadores de la siguiente manera: un jugador golpea de derecha y el otro de revés; cada vez que el jugador impacte la pelota con los pies dentro del rectángulo de la pista tiene que decir sí en voz alta, y cada vez que el jugador impacte la pelota con los pies fuera de la pista tiene que decir Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora el jugador tiene que golpear de derecha y de revés. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** 30' 15' Ejercicio 1: el profesor pone la pelota en juego y los alumnos realizan un peloteo de fondo de la siguiente manera: cada vez que el jugador impacte la pelota con los pies dentro del rectángulo de la pista tiene que decir sí en voz alta, y cada vez que el jugador impacte la pelota con los pies fuera de la pista tiene que decir no. Al fallo entra el compañero que espera. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero el peloteo debe ser en forma de trío. **PARTE FINAL JUEGO** 15' 30' Juego 1: el winner de individual. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. TIEMPO TOTAL 120'

60'

8ª semana

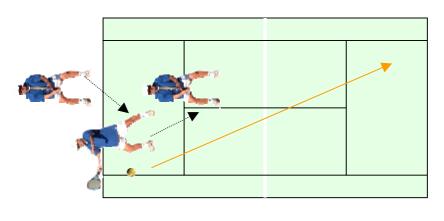
TÁCTICA DE INDIVIDUAL: táctica en media pista.

Reconocer la pelota para subir a la red.

Concepto: en esta edad plantearemos subir a la red ante pelotas que boten de una forma centrada dentro de los cuadros de saque.

En el caso de no subir a la red hay que volver al centro del fondo de la pista. Nunca se debe mantener la posición del lugar desde el que hemos golpeado la pelota (tres cuartos de pista).

PELOTA PARA SUBIR A RED



EDUC	Α		ENTRENADOR: F				FECHA:				
	IS.CON	1	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMESTRE:	2°	N° SEM	ΑN	IA: 8ª	Nº SESIÓI	N: 1
			AJAR: TÁC	CTICA DE INDIVI	DUAL (JUEGO	EN M	EDIA PI	ST	A)		
TIEMPO	SESIÓN		D	ESARROLLO DI	E LA SESIÓN					GRÁFICOS	S
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		ITAMIENT								
	INICIAL			ndo media pista p a y de revés inte				E J E		→	
15'	30'		rado de se		nando que la p	Ciota i	ote en	C C			
				ndo media pista o				0		← →	
			os tras el b	a y de revés inte ote.	ntando que la p	belota	derribe	1 E			
		-	o 3: se de	eben realizar ser	vicios desde el	fondo	de la	J E R			
		pista.						(0,1	Q ᄶ		
								O 3			
DARTER	RINCIPAL	ENTO	- I A BAIL SIT	O DECABBO	CON DOCES	OP.		-			
15'	30'			O DE «CARRO» o jugadores se		_	(unos	E J F			
		golpear	n de derec	ha y los otros de	revés), y el pro	ofesor,	desde	R C			
				pelotas a media i de ataque haci				C I O			
		golpeo,	el jugadoi	, por detrás de s				1			
				golpe anterior. que el ejercicio a	ntorior noro al	ora co	álo hay	E J E			
				gadores y el profe				R C			
				como al revés.	·			0			1
								2			
15'	20,			O DE PELOTEO							
15'	30'			sirviendo el profe el profesor pone				J E R		<u> </u>	
				un peloteo de for				c C			
				vicio el jugador q		e que	subir a	0	\bigcirc		▶ ♀
				el punto hasta su o de dobles —mo		indo la	pelota				
		bota er	n el cuadro	de servicio es d	bligatorio que	la pare	eja que	J E R			
		golpee	suba a la r	ed y se siga el pu	nto hasta su fir	alizac	ión).	c C			
								O 2	Q	0	
PARTE	FINAL	JUEGO)					+			
15'	30'	Juego	1: el rey	sirviendo el p				ر ا			
				elota en juego pa red y siga el pur				E G O	d		→ ♦
		el comp	oañero situ	ado al otro lado d	e la pista).	anzaol	311 3011	1			
				6 pı							
		venced	ıOr	6 pı	untos.					•	
TIEMPO	TOTAL										
60'	120'										

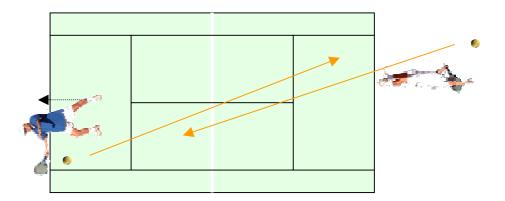
9^a semana

TÁCTICA DE INDIVIDUAL: táctica en el servicio y el resto.

Concepto: sobre el servicio de fondo y con relación a la táctica de media pista debemos tener en cuenta que:

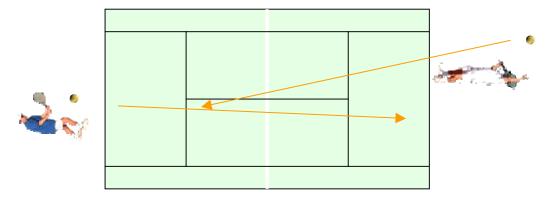
 Ante servicios cortos y después del resto se tiene que volver al centro de la pista. Nunca se debe mantener la posición del lugar desde el que hemos golpeado la pelota (tres cuartos de pista).

SEVICIO CORTO



- Ante servicios largos golpearemos hacia el centro de la pista contraria manteniendo el peloteo de fondo.

SERVICIO LARGO



Estos dos conceptos los relacionaremos con la importancia que tiene la profundidad del servicio a la hora de sacar. Cuanto más profundo sea el servicio menos posibilidades de ataque para el adversario.

EDUC	A		ENTRENADOR: FECHA:								
TENN	S.COM	/	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMESTRE	: 2º	Nº SEM	ANA: 9ª	Nº SESIÓN: 1		
			AJAR: TÁ	CTICA DE INDI	VIDUAL (EL RES	STO EI	N EL SEF	RVICIO)			
	SESIÓN			ESARROLLO	DE LA SESIÓN				GRÁFICOS		
SESIÓN 1 HORA PARTE 15'	SESIÓN 2 HORAS INICIAL 30'	Ejercici pelotec el cuad Ejercici pelotec los con	o 1: utiliza o de derech ro de fondo o 2: utiliza o de derech os tras el b	ndo media pista na y de revés into. ndo media pista na y de revés in pote.	a paralela, se de tentando que la p a cruzada, se de tentando que la ervicios desde e	pelota t be real pelota	oote en lizar un derribe				
PARTE PI	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENT	O DE «CARRO	» CON PROFES	SOR	F				
15'	30'	sirve de volea o manera partida Ejercici jugador	e forma pa del profeso a que el j para golpe o 2: el rey	rabólica hacia u or para que és ugador tenga c ear la bola. y en media pist del resto, tiene	edia pista del pas n alumno y éste te le mande la que recuperar la ta paralela —mo la obligación de	resta h pelota posic	nacia la de tal de tal de tal de tal de tal de de tal de				
15'	30'	Ejercici el resto línea de Ejercici modific rueda u Venceo	o 1: el rey o, el jugad e fondo). o 2: partic ado— (los un golpe ca dor	or debe recupe do a 11 puntos	cruzada —mod erar la posición s en media pist e sirven golpean puntos.	de par a para	tida, la				
15'	TOTAL 120'	Venced	1: el sube y dor	/ baja de dobles 6 6	puntos.		J L E C C C C C				

TÁCTICA DE INDIVIDUAL: táctica en el resto de media pista. Resto y red en la táctica en media pista. Concepto: ante servicios que queden cortos y con bote alto de la pelota, daremos la oportunidad de golpear colocando la pelota para, posteriormente, subir a la red. RESTO Y RED

EDUC	A		ENTRENADOR:			FECHA:					
	IS.COM	1	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMEST	RE: 2º	N° SE	M	ANA: 10 ^a	Nº SESI	ÓN: 1
			AJAR: TÁ	CTICA DE INDIV	DUAL (EL F	RESTO	D EN MED	ΙA	PISTA)		
	SESIÓN		ITAMIENT	ESARROLLO D	E LA SESIĆ	N				GRÁFIC	os
SESIÓN 1 HORA PARTE 15'	SESIÓN 2 HORAS INICIAL 30'	peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote en el cuadro de fondo. Ejercicio 2: utilizando media pista cruzada, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote en el cuadrado del fondo. Ejercicio 3: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista.							8		
15'	RINCIPAL 30'	Ejercici la pista continu alumno Ejercici jugadoi servicio	o 1: el pro a, realiza ación, sub o, desde la o 2: el rey r que por o y el que r		asillo de dob que el alu ofesor, deso nto hasta su paralela — juego sólo está obligad	oles de imno de el f finaliz modifi dispo o, tras	el fondo de reste y, a fondo, y e cación. icado— (e one de un s el resto, a	R C C C C C C C C C C			
15'	30'	Ejercici el resto hasta s Venceo Venceo Ejercici modific suben a la pista Venceo	o 1: el rey o, el jugado u finalizaci dor dor o 2: parti ado— (los a la red o s).	or debe aproximation). 6 p. 6 p. 6 do a 11 puntos si jugadores al risi golpean y juega	cruzada —mrse a la red untos. untos. en media presto decide untos. untos.	y segu pista p en si	uir el punto paralela – golpean) RC C C C C C C C C			
15'	FINAL 30' TOTAL 120'	profeso tiene que en apro El juga de rey	1: el rey or pone la ue botar el oximación a dor que co —el que v r que espe	r sirviendo el pelota en juegon el cuadro de sa la red y seguir en sigue sumar tre sa solo—. Al final era del resto y el	sobre un a que y éste t el punto hast es puntos pa izar el punto	lumno ene q a su fi asa a entra	o, la pelota ue golpea inalización la posición a a jugar e	r o			

11ª-12ª semana

REPASO DE CONTENIDOS: juegos y competiciones.

Concepto: variación de la metodología utilizando como base el juego y la competición para repasar los contenidos técnicos y tácticos trabajados.

Aspectos que se han de tener en cuenta:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.
- Los conceptos tácticos de media pista entrenados y la relación con el servicio de fondo y el concepto *resto* y *red*.

EDUCA ENTRENADOR: FECHA: TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 11ª Nº SESIÓN: 1 **GRUPO: 9 AÑOS** TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN INDIVIDUAL **TIEMPO SESIÓN DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Eiercicio 1: **PARTE INICIAL** Simulación para realizar la inscripción. 30' 15' Sorteo del cuadro. Orden de los partidos. PARTE PRINCIPAL COMPETICIÓN Ejercicio 1: calentamiento técnico en media pista: 15' 30' Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (otro jugador). Servicios. Sorteo de elección de servicio y del lado de campo. Ejercicio 2: competición open en media pista -- modificado-(se juega a 1 set de 4 juegos con tie-break en 4-4. Si sólo se dispone de una pista, los jugadores que esperan arbitran). Ejercicio 3: 30' 60' Primera ronda. ½ final. 3^{er} y 4º puesto. 5° y 6° puesto. Final. Vencedor 10 puntos. Finalista 7 puntos. 3^{er} clasificado 5 puntos. 4º clasificado 3 puntos **PARTE FINAL TIEMPO TOTAL**

120'

60'

EDUC	Α		ENTRENADOR: FECHA:					
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 9	AÑOS	TRIMESTRE:	2º Nº SE	MANA: 12	a Nº SESIÓN: 1
CONTENI	DOS PARA	TRAB		PETICIÓN DE D				
TIEMPO	SESIÓN		DE	SARROLLO DE	LA SESIÓN			GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA PARTE 15'	SESIÓN 2 HORAS INICIAL 30'	EjerciciPelPelSei	NTAMIENTO to 1: calentan loteo fondo-re loteo fondo-re loteo fondo-re rvicios.		ntes de un part pista. ate).).		E 7 W C C L C L C L C L C L C L C L C L C L	
PARTE P	RINCIPAL 30'	Ejercici de 3 ga juegan	ames —modi	ición de dobles ficado— (2 juga	dores arbitran			
15'	30'	COMP Ejercici de 3 jugados Venceo	ETICIÓN io 1: competi tie-break — res juegan).	ición de dobles modificado— (en forma de li 2 jugadores			
15'	FINAL 30'	Juego Equipo Equipo Equipo Venceo	1: el sube y b VERDE – Ro ROJO – AZU AZUL – ROJ dor	POS O INDIVID paja de dobles: OJO y AZUL: pu JL y VERDE: pu JO y VERDE: pu	untos untos untos		J U E G O O 1	
60'	120'							

ETAPA 9 AÑOS

TEMPORADA _ _ _ _

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN «3^{er} TRIMESTRE»

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

Para entrenar de la 1^a a la 5^a semana.

Practicar de forma global (técnica y desplazamientos) los siguientes golpes planos con relación a la táctica de media pista.

- Golpe plano de derecha ----- pelota larga/pelota corta.
- Golpe plano de revés ------ pelota larga/pelota corta. Servicio por arriba ----- profundidad del golpe.
- Volea de derecha y de revés ----- resto v red.

Practicar la siguiente combinación referente a los golpes planos entrenados y la táctica aprendida.

- Servicio ----- juego de consistencia ----- aprovechar pelotas cortas.
- Servicio ----- juego de fondo ----- resto y red.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.
- Los conceptos tácticos entrenados.

Para entrenar de la 6^a a la 8^a semana.

Repasar y aprender conceptos de reglamento de individual referentes a:

- Puntuación (sets, juegos y tie-break).
- Cambios de lado en el servicio según la puntuación (juegos y tie-break).

Practicar, mediante una actividad competitiva de individual, los conceptos entrenados a lo largo del

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.
- Los conceptos tácticos entrenados.

Para entrenar de la 9^a a la 12^a semana.

Practicar los siguientes conceptos referentes a la táctica de dobles:

- Diferenciación de juego 1 fondo-1 red.
- Diferenciación de la situación de juego 2 en red contra 1 fondo-1 red.

Repasar y aprender conceptos de reglamento de dobles referentes a:

- Puntuación (sets, juegos y tie-break).
- Cambios de lado en el servicio según la puntuación (juegos y tie-break).

Practicar, mediante una actividad competitiva de dobles, los conceptos entrenados a lo largo del año. Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.
- Los conceptos tácticos entrenados.

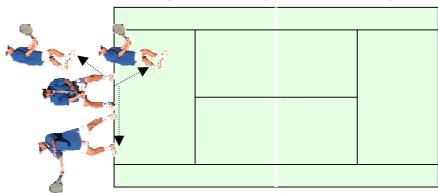
2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1ª- 2ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y de revés con relación a la táctica de media pista.

Concepto general: atender al entrenamiento global (técnica y desplazamientos) de los golpes planos de derecha y de revés trabajando el concepto pelota larga-pelota corta.

DESPLAZAMIENTO LATERAL Y EN ASPA



Concepto golpe global de derecha: golpe desde el fondo de la pista con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización del golpe: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

Trayectoria del golpe: parabólica.

Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: profundidad del golpe al fondo de la pista.

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Concepto global de revés: golpe a dos manos, desde el fondo de la pista, con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este en ambas manos.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización del golpe: estirando el brazo izquierdo y sin pasar el pie trasero.

Trayectoria del golpe: parabólica.

Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: profundidad del golpe al fondo de la pista.

Desplazamientos:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Concepto pelota larga-pelota corta:

Pelota larga: hablamos de pelota larga cuando el golpe se realiza con los pies fuera de la pista.

Ante pelotas largas mantendremos el peloteo apuntando hacia el centro de la pista.

Pelota corta: hablamos de pelota corta cuando el golpe se realiza con los pies dentro de la pista.

Ante pelotas cortas, daremos la oportunidad de cambiar la dirección del golpe o de colocar la pelota al hueco.

EDUCA		ENTRENADOR:			A:		
TENNIS.	COM	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 1ª	Nº SESIÓN: 1
		ABAJAR: GOLPES BÁSICO	S (EL GOLPE	PLAN	O DE D	ERECHA	Y DE REVÉS CON
DESPLAZAMIE TIEMPO SES		DESARROLLO DI	E LA SESIÓN				GRÁFICOS
SESIÓN SES	SIÓN CAL	ENTAMIENTO			E		010.01000
1 HORA 2 HO		cicio 1: dos jugadores pegados					
15' 30'	dent enfre form golp de ir Ejere revé Ejere pista	cicio 3: peloteo en media pista cicio 4: se deben realizar ser	el jugador que se y golpear de do de la red. A la posición de anterior, pero coparalela.	está s e derec Al finali partida golpean	ituado ha en zar el antes do de		
PARTE PRINC		RENAMIENTO DE PELOTEO	oruzada al pro	focor n	olotoo		
15' 30'	de fe la condere dos indis vaca Ejero pelo ENT Ejero una ésto diag juga posi Ejero	cicio 2: el rey —modificado—esor pone la pelota en juego y teo de fondo paralelo). RENAMIENTO DE «CARRO» cicio 1: el profesor lanza desd pelota a cada uno de los alus golpean de derecha tras e onal hacia delante o atrás) ha dor, después de cada golpe, tición inicial antes de iniciar la sicicio 2: igual que el ejercici	co este de revésos pelotean gue esperan se ar al fallo de un falla pasa a ocuen media pista los jugadores de el carro, altermos que hay el desplazamien acia el pasillo de ene que volver guiente acción.	olpeand sitúan de comparente d	do. En do de en los añero, poste ela (el en un ente, pista y eral o es. El re a la		
PARTE FINAL 15' 30'	AL JUE Vene Fina Vene Fina	GO go 1: el trío. cedor	untos. untos.		J L L L L L L L L L L L L L L L L L L L		

EDUC	A		ENTRI	ENADOR:		FECH	HA:				
	S.COM	1	GRUP	O: 9 AÑOS	TRIMESTRE	: 3°	Nº SEN	ΛA	NA: 2ª	Nº SES	IÓN: 1
CONTENI	DOS PAR	A TRAE	BAJAR:	GOLPES BÁSICO	S (EL GOLP	E PLA	NO DE	. [DERECHA	Y DE	REVÉS EN
TIEMPO	(AMIENTO) SESIÓN			DESARROLLO DI	E L A SESIÓN					GRÁFIC	OS
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	ITAMIE		LA SESION					OINAI IO	00
1 HORA	2 HORAS			s jugadores pegados				E			
PARTE 15'	30'			pajo hacia arriba, ha				ERC.	lacksquare	O	
15	30			enen situado enfrente ebe desplazarse, p				-0-0	1	\bigcirc	
				ia el otro lado de la r		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		1			
				izando media pista p				EJ			
				do de la siguiente n erribar los conos tras				TRO-			
		está a l	a esper	a entra al fallo de un	compañero.		·	.0_0			
		-	o 4: se	deben realizar ser	vicios desde e	l fond	o de la	2			
		pista.									
PARTE PI	BINCIDAL	ENTDE	:NAMI⊏	NTO DE PELOTEO							
15'	30'			rey —modificado—	en media pist	a cruz	ada (el	EJE			
				la pelota en juego y	los jugadores	mantie	enen un	RC-			
				o de fondo). rey —modificado—	en media nist	a nara	ilela (el	0 - 0		\rightarrow	
		profeso	r pone	la pelota en juego y				1			
		peloteo	paralel	o de fondo).				EJu			
								IR C _			
								0_0	→		\rightarrow
								2			
		FNTRE	NAMIF	NTO DE «CARRO»	CON PROFES	OR					
15'	30'	Ejercici	o 1: el	profesor lanza desd	e el carro, alte	rnativa		EJE			
				ue el jugador se de en el de revés en fo				RC-			
				a atrás. El jugador qu				0_0			
		compai	ñero.		•			1			
				a asignada: un jugad aldas del vallado de							
				za con la mano, alter				RC_			
				al revés para que su		ras el	bote, la	0_0			
				dola hacia las manos gual que el ejercic		ero al	nora el	2	4		
				o es vertical hacia de			.0.0				
PARTE	EINIAI	JUEGO	`								
15'	30'			slam de individual.				,,			
		Open L	JSĂ					UEG			
				6 pı 3 pı				0	ρ		
		Roland			intos.						
				6 pı							
		⊦ınalist	a	3 pı	ıntos						
TIEMPO 60'	120'										
	>							ш			

3ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba con relación a la táctica de media pista.

Concepto general: atender al entrenamiento global del servicio plano por arriba trabajando la importancia de la profundidad del mismo.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: el pie delantero orientado al palo derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Elevación de la mano que sujeta la pelota: paralela al muslo izquierdo.
- Posición: codo, altura, hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

Dirección: cruzada.

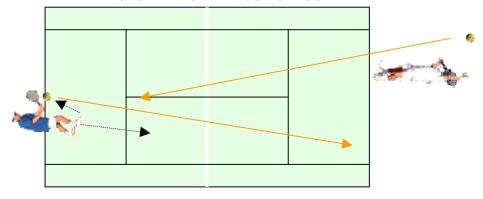
Trayectoria: semiparabólica.

Precisión: profundidad sobre el cuadro de saque.

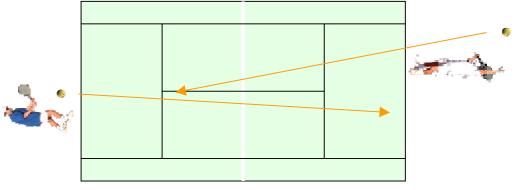
Concepto táctico del jugador al resto:

- Ante servicios que queden cortos y con bote de la pelota alto, daremos la oportunidad de golpear colocando la pelota para, posteriormente, subir a la red. En el caso de no subir a la red hay que volver siempre al fondo de la pista. Nunca se debe mantener la posición del lugar desde el que hemos golpeado la pelota (tres cuartos de pista).
- Ante servicios largos golpearemos hacia el centro de la pista contraria manteniendo el peloteo de fondo.

RESTO ANTE SERVICIOS CORTOS



RESTO ANTE SERVICIOS LARGOS



Combinación de acciones: servicio plano por arriba-juego de consistencia-aprovechar pelotas cortas.

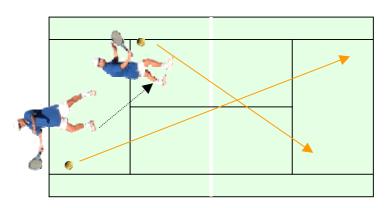
EDUC	A		ENTRENADOR: FECHA:			IA:					
	S.CON	1	GRUPO:	9 AÑOS	TRIMESTRE	3°	N° SEM	IAN	IA: 3ª	Nº SE	SIÓN: 1
CONTENI	DOS PAR	A TRA	BAJAR:	TÉCNICAS Y T	ÁCTICAS DE	INDIV	IDUAL	(TÉ	CNICA	DEL	SERVICIO Y
TIEMPO	DEL REST SESIÓN	0)	г	DESARROLLO D	F I A SESIÓN					GRÁF	ICOS
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	ITAMIENT							<u> </u>	
1 HORA	2 HORAS			ndo media pista				E J			
PARTE 15'	30°	el cuad Ejercici peloteo los con	ro de fond o 2: utiliza o de derecl os tras el l	indo media pista na y de revés inte	cruzada, se del entando que la _l	be real pelota	lizar un derribe	ERCICIO 1 EJERCICIO 3			
PARTE PI	RINCIPAL			O DE «CARRO»		_		F ()		
15'	30'	sirve (control sirve) la volet manera partida Ejercici jugador	le forma p a del profe a que el j para golpe o 2: el re	fesor, desde med arabólica) hacia u esor para que és ugador tenga qu ear la bola. y en media pista del resto tiene la sta).	un alumno y és te le mande la ue recuperar la paralela —mo	te resta pelota posic	a hacia i de tal sión de o— (el	E J E R C I C I O 1 Y 2		•	
15'	30'	Ejercici el resto hasta s Venceo Venceo Ejercici modific suben a pista). Venceo Venceo	o 1: el reyo el jugado u finalizacior	r o DE PELOTEO y en media pista o y debe aproximar ión). 6 p do a 11 puntos s jugadores al o golpean y juegan 6 p	cruzada —modirse a la red y se untos. untos. en media pista resto deciden el punto desde untos.	eguir e a para si golp	lela — pean y	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2			
PARTE		JUEGO									
15'	30'	Venced	lor	y baja de dobles. 6 p				J U E G O 1		0	
TIEMPO											
60'	120'										

4ª-5ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés con relación a la táctica de media pista.

Concepto general: atender al entrenamiento global de los golpes planos: volea de derecha y de revés trabajando su encadenamiento en la subida a la red.

ENCADENAMIENTO DEL JUEGO DE APROXIMACIÓN CON EL DE RED



Concepto técnico del juego de fondo: golpes planos sin bote de trayectoria descendente.

VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS

Técnica básica:

Empuñadura: este en el golpe de derecha. Este en ambas manos del golpe de revés.

- Posición de los pies y el cuerpo: perfilados a la red.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto.
- Finalización: recortada.





Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente. Desplazamiento: diagonal.

Concepto táctico del resto-red: ante un servicio centrado y fácil encadenaremos el resto con la posterior subida a la red.

Combinación de acciones:

- Juego de fondo ----- resto y red.
- Servicio ----- juego de fondo ----- resto y red.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** TRIMESTRE: 3° Nº SEMANA: 4ª Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (JUEGO EN MEDIA PISTA Y VOLEA) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote en 15' 30' el cuadrado de servicio. Ejercicio 2: utilizando media pista cruzada, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota derribe los conos tras el bote. Ejercicio 3: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR** PARTE PRINCIPAL Ejercicio 1: cuatro jugadores se sitúan en dos filas. El primer 15' 30' golpeo unos lo realizan de derecha y los otros de revés, y el profesor, desde el carro, les lanza uno a uno pelotas para que golpeen en una aproximación a la red dos voleas y un remate. Al finalizar una secuencia de golpeos, el jugador (por detrás de sus compañeros) se sitúa en la fila inversa a su acción anterior. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora sólo hay una fila de tres jugadores y el profesor les puede tirar las pelotas tanto a la derecha como al revés. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** 15' 30' Ejercicio 1: el rey sirviendo el profesor en media pista paralela -modificado- (el profesor pone la pelota en juego y dos jugadores inician un peloteo de fondo. Si la pelota bota dentro del cuadro de servicio el jugador que golpea tiene que subir a la red y continuar el punto hasta su finalización). Ejercicio 2: peloteo de dobles —modificado— (cuando la pelota bota en el cuadro de servicio es obligatorio que la pareia que golpea suba a la red y siga el punto hasta su finalización). **PARTE FINA** JUEGO 15' Juego 1: el rey sirviendo el profesor —modificado— (el 30' profesor pone la pelota en juego para que un jugador golpee en aproximación a la red y siga el punto hasta su finalización con el compañero situado al otro lado de la pista). Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 60' 120'

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** TRIMESTRE: 3° Nº SEMANA: 5ª Nº SESIÓN: 1 TENNIS.COM CONTENIDOS PARA TRABAJAR: TÁCTICA DE INDIVIDUAL (EL RESTO EN MEDIA PISTA) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: utilizando media pista paralela, se debe realizar un **PARTE INICIAL** peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote en 15' 30' el cuadro de fondo. Ejercicio 2: utilizando media pista cruzada, se debe realizar un peloteo de derecha y de revés intentando que la pelota bote en el cuadrado del fondo. Ejercicio 3: se deben realizar servicios desde el fondo de la pista. **ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR** PARTE PRINCIPAL Ejercicio 1: el profesor, desde el pasillo de dobles del fondo de 15' 30' la pista, realiza un servicio para que el alumno reste y, a continuación, suba a la red. El profesor, desde el fondo, y el alumno, desde la red, siguen el punto hasta su finalización. Ejercicio 2: el rey en media pista paralela --modificado-- (el jugador que pone la pelota en juego sólo dispone de un servicio y el que recibe el servicio está obligado, tras el resto, a subir a la red y seguir desde allí el punto hasta su finalización). **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** 15' 30' Ejercicio 1: el rey en media pista cruzada —modificado— (tras el resto el jugador debe aproximarse a la red y seguir el punto hasta su finalización). Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Ejercicio 2: partido a 11 puntos en media pista paralela modificado— (los jugadores al resto deciden si golpean y suben a la red o golpean y juegan el punto desde el fondo de la pista). Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **PARTE FINAL JUEGO** 15' Juego 1: el rey sirviendo el profesor —modificado— (el 30' profesor pone la pelota en juego sobre un alumno —la pelota tiene que botar en el cuadro de saque— y éste tiene que golpear en aproximación a la red y seguir el punto hasta su finalización. El jugador que consigue sumar tres puntos pasa a la posición de rey —el que va solo—. Al finalizar el punto entra a jugar el jugador que espera del resto y el primer jugador de la fila que espera). **TIEMPO TOTAL** 120'

6ª semana

REGLAMENTO DE INDIVIDUAL

Conceptos de reglamento que se han de trabajar:

- La puntuación (juegos, el *tie-break*).
- La relación de la puntuación con los cambios de lado en el servicio (tie-break).

Acción de aprendizaje: práctica según los juegos adaptados.

EDUC	Α		ENTRENADOR:		FECH	HA:			
TENNI	IS.COM	1	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 6ª	Nº SESIÓN:	1
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: REGLAMENTO DEL	INDIVIDUAL					
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFICOS	
SESIÓN	SESIÓN		CACIÓN DEL SISTEMA DE			E			
1 HORA	2 HORAS		io 1: explicación de la nece		reak y	de las			
15'	30'	Ejercic con la pelota	nes que deben adoptar los ju io 2: se debe jugar un tie-bro raqueta se debe jugar con l con la mano). Se deben os de servicio y de lado.	e <i>ak</i> , pero en ve a mano (lanzar	y rec	oger la			
PARTE P	RINCIPAL	CALEN	NTAMIENTO TÉCNICO						
			io 1: calentamiento técnico a	ntes de una coi	mpetic	ción:			
15'	30'	PePePeSeExplica	loteo fondo-fondo en media p loteo fondo-red (volea y rema loteo fondo-red (otro jugador rvicios. ación de la necesidad de un o y del lado del campo de jue	oista. ate).). sorteo para la				⊗ ◀	•
15'	30'	Ejercic siguien cada u de rue tie-brea Venceo	ETICIÓN io 1: se debe realizar una conte manera: se forman tres uno (dos arbitran y cuatro jue da (un golpeo cada jugador ak y a doble vuelta (todos conte dor	equipos de degan) y se golp egan) y se golp). Se juega un ntra todos). tos	os jug oea er	gadores n forma			
PARTE 15'	FINAL 30'	Vence	O 1: el pozo en media pista par dor 6 puntos ta 3 puntos	5.		J L E C C C C			→ •

TIEMPO TOTAL 60' 120'

7ª y 8ª semana

COMPETICIÓN DE INDIVIDUAL

Concepto: realización de una actividad competitiva como medio para repasar los contenidos trabajados a lo largo del año.

Aspectos que se deben tener en cuenta:

Conceptos de técnica practicados con relación a los siguientes golpes:

- Golpe plano de derecha y de revés.
- Servicio por arriba.
- Golpe de volea de derecha y de revés.
- Remate.

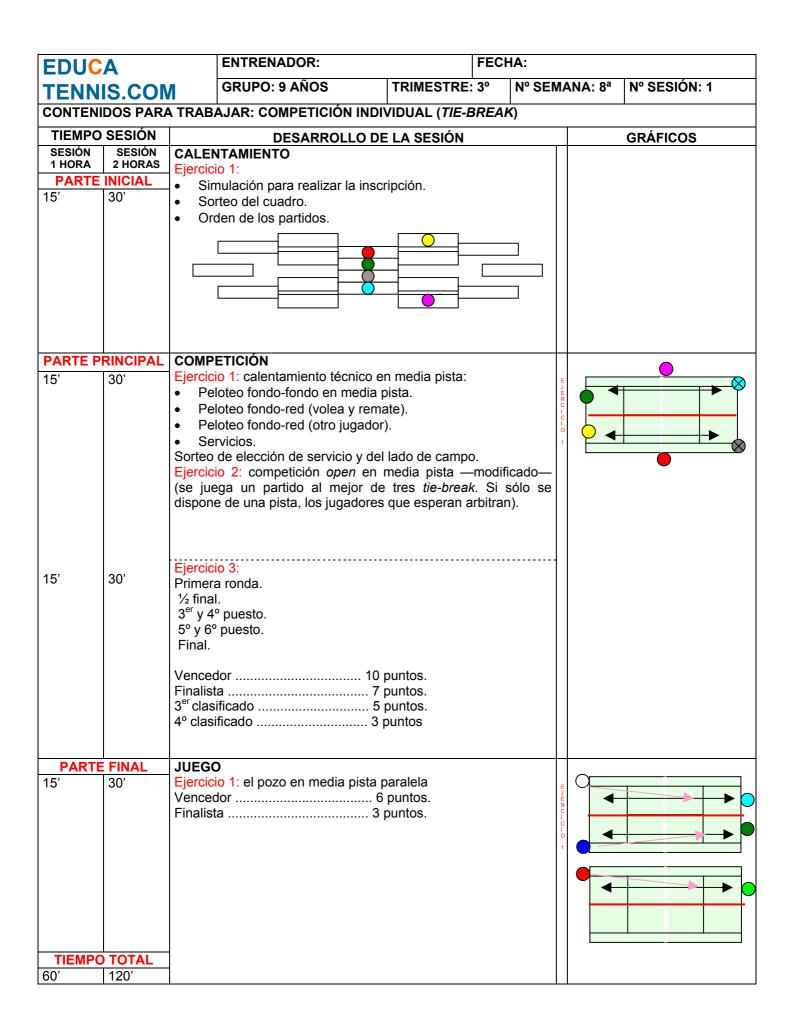
Conceptos tácticos entrenados:

- Juego de fondo.
- Táctica de media pista.
- Resto y red.

Conceptos generales de juego:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA GRUPO: 9 AÑOS** Nº SEMANA: 7ª TRIMESTRE: 3° Nº SESIÓN: 1 **TENNIS.COM** CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN INDIVIDUAL (GAMES) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 2 HORAS 1 HORA Eiercicio 1: **PARTE INICIAL** Simulación para realizar la inscripción. 15' 30' Sorteo del cuadro. Orden de los partidos. PARTE PRINCIPAL COMPETICIÓN Ejercicio 1: calentamiento técnico en media pista: 30' 15' Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (otro jugador). Servicios. Sorteo de elección del servicio y del lado de campo. Ejercicio 2: competición open en media pista —modificado— (se juega a 1 set de 4 juegos con tie-break en 4-4. Si sólo se dispone de una pista, los jugadores que esperan arbitran). Ejercicio 3: 30' 60' Primera ronda. ½ final. 3^{er} y 4° puesto. 5° y 6° puesto. Final. Vencedor 10 puntos. Finalista 7 puntos. 3^{er} clasificado 5 puntos. 4º clasificado 3 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120' 60'



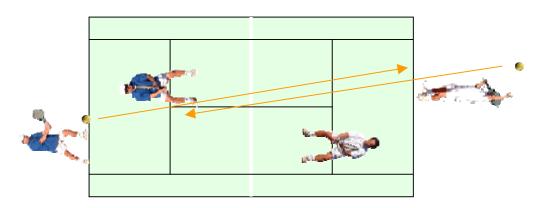
9^a semana

REGLAMENTO DE DOBLES.

Conceptos tácticos que se han de trabajar:

Diferenciación de las situaciones de juego: uno en el fondo, uno en la red.

POSICIÓN DE DOBLES



- La puntuación (tie-break).
- La relación de la puntuación con los cambios de posición en el servicio y de los cambios de lado en el *tie-break*.

Acción de aprendizaje: práctica según los juegos adaptados.

EDUC	Α		ENTRENADOR: FECHA:			IA:				
TENNI	S.COM	1	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 9ª	Nº SESIÓN: 1		
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: REGLAMENTO DE D	OBLES				1		
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	I A SESIÓN				GRÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	FXPI I	CACIÓN DEL SISTEMA DE					OIL-II 1000		
1 HORA	2 HORAS		o 1: explicación de la nec	_	-hreak	en el	Į.			
PARTE	INICIAL		de las posiciones que deber				R C			
15'	30'	Ejercici de golp recoge	o 2: se debe jugar un <i>tie-bre</i> pear con la raqueta se debe j r la pelota con la ma amente los cambios de servic	eak de dobles, jugar con la m no). Se del	pero ano (la	en vez anzar y				
PARTE PI			ITAMIENTO TÉCNICO	ntes de una co	mpetic	ión:	E	•		
15'	30'	PelPelSelExplica	loteo fondo-fondo en media p loteo fondo-red (volea y rema loteo fondo-red (otro jugador) rvicios. Ición de la necesidad de un o y del lado del campo de jue	ista. ite). sorteo para la			ER CITO			
15'	30'	Ejercici tie-brea dos jug juegan vuelta (Venceo	ETICIÓN to 1: se debe realizar una contact de la siguiente manera: siguiente manera: siguiente manera: siguiente manera: siguiente manera: siguiente manera: siguiente de la siguiente manera: siguiente de la siguiente manera: siguiente de la siguiente manera: siguiente de la si	se forman tres itran y cuatro a competición os	s equi _l juega	pos de in). Se	E J ERC I G L O 1			
PARTE	FINAL	JUEGO)							
15'		Venced Venced Equipo Equipo Equipo Venced	1: el sube y baja de dobles. dor	ntos ntos ntos ntos.			J U E E G O O 1			
60'	120'	1								

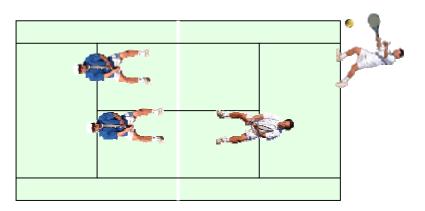
10^a semana

TÁCTICA Y REGLAMENTO DE DOBLES.

Conceptos tácticos que se han de trabajar:

Diferenciación de las situaciones de juego: dos en la red contra uno en el fondo, uno en la red.

POSICIÓN DE DOBLES



Conceptos del reglamento:

- La puntuación (juegos, sets, el tie-break).
- La relación de la puntuación con los cambios de posición en el servicio y de los cambios de lado en los juegos y el *tie-break*.

Acción de aprendizaje: práctica según los juegos adaptados.

EDUC	A		ENTRENADOR:	NTRENADOR: FECHA:						
TENN	IS.CON	/	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 10 ^a	Nº SESIÓN: 1		
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: TÁCTICA Y REGLAN	IENTO DEL D	OBLE					
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	I A SESIÓN				GRÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	EXPLI	CACIÓN DEL SISTEMA DE			E				
1 HORA	2 HORAS		io 1: explicación de las posi							
	INICIAL		r los jugadores en el juego de	e dobles (un ju	gador	situado				
15'	30'	Ejercic tanteo	ondo y el otro en la red). io 2: se debe realizar un ga convencional, pero en vez ugar con la mano (lanzar y	de jugar con l	a raqu	ueta se		0		
		Ejercic break	io 3: se debe realizar el misr de dobles. io 4: se debe realizar un ca							
PARTE P	RINCIPAL	COMP	ETICIÓN							
15'	30'	de 3 <i>tie</i> servicio	io 1: competición de dobles e-break —modificado— (si la o, el jugador que golpea ti ese allí hasta la finalización de	pelota bota en ene que subi	el cua	adro de				
15'	30'	Venced TACTI Ejercic pelotec dentro servicio a la re jugado Ejercic profeso y el jug red. Se	io 1: el profesor pone la pel o de dobles cruzado intento del cuadro de fondo. Si la poro, el jugador que golpea tiene el y se debe seguir el punto que espera entra al fallo de io 2: igual que el ejercicio pri lanza la pelota para que be gador que golpea lo tiene que el sigue el punto hasta su final	ota en juego y ando que la elota entra en e que subir obli to hasta su fii su compañero o anterior, pe ote en el cuad hacer en apro	pelota el cua igatoria nalizad ero al ro de s	a entre dadro de amente ción. El cora el servicio				
PARTE 15'	FINAL	JUEGO								
	30'	Equipo Equipo Equipo Venceo	1: el sube y baja de dobles. VERDE – ROJO y AZUL: pu ROJO – AZUL y VERDE: pu AZUL – ROJO y VERDE: pu dor	intos intos ntos.		1				
	TOTAL									
60'	120'	<u> </u>								

11ª-12ª semana

COMPETICIÓN DE DOBLES.

Concepto: realización de una actividad competitiva como medio para trabajar los contenidos practicados anteriormente.

Aspectos que se han de tener en cuenta:

Conceptos de reglamento recordados.

Conceptos tácticos citados.

Conceptos generales de juego:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe. El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La intensidad del golpe.

TENNIS.COM GRUPO: 9 AÑOS TRIMESTRE: 3° N° SEMANA: 11° N° SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN DE DOBLES GAMES Y TIE-BREAK TIEMPO SESIÓN SESION SESION JONES DE LA SESION PARTE INICIAL 15 30° PARTE PRINCIPAL COMPETICIÓN Ejercicol 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 mesor de 1 mesor de 1 mejor de 3 mesor de 1 mesor de 1 mejor de 3 mesor de 1	EDUC	A		ENTRENADOR: FECHA:						
CONTENIDOS PARA TRABAJAR: COMPETICIÓN DE DOBLES GAMES Y TIE-BREAK TIEMPO SESIÓN SESIÓN SESIÓN SESIÓN SESIÓN SESIÓN SESIÓN SESIÓN PARTE NICIAL 15' 30' Peloteo fondo-fondo em media pista. Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (vo			Λ	ODUDO: O AÑOO	TDIMECTOE	20 NO OF	MANIA. 448	NO OFCIÓN: 4		
TIEMPO SESIÓN SES			•	GRUPO: 9 ANOS	IRIMESTRE:	3° N° SEI	WANA: 11°	N° SESION: 1		
SESION SESION JURGAS PARTE NICIAL 15' 30' Peloteo fond-of-de (volea y remate). Perioteo fond-of-de (volea y remate). Peloteo fond-of-de (tori jugador). Servicios. Sorteo de elección del servicio y del lado de campo. PARTE PRINCIPAL COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan). Vencedor — 6 puntos. COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan). Vencedor — 6 puntos. COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 ine-break —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan). Vencedor — 6 puntos. PARTE FINAL Jugadores juegan). Vencedor — 6 puntos. PARTE FINAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE — ROJO y AZUL: puntos — Equipo AZUL — ROJO y VERDE: puntos — Equipo AZUL — ROJO y VERDE: puntos — Equipo AZUL — ROJO y VERDE: puntos — Vencedor — 6 puntos. Vencedor — 6 puntos. Vencedor — 6 puntos. Vencedor — 6 puntos.	CONTENI	DOS PARA	A TRAB	AJAR: COMPETICIÓN DE D	OBLES GAMI	ES Y TIE-BRE	AK			
PARTE PRINCIPAL Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-fondo (volea y remate). Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-fondo (volea y remate).	TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN			GRÁFICOS		
PARTE PRINCIPAL 15' 30' Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-red (vole a y remate). Peloteo										
PARTE PRINCIPAL Pelote fondo-red (volea y remate)						ido:				
PARTE PRINCIPAL 15 30' Ejercico 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores jugam). Vencedor							RCI			
PARTE PRINCIPAL 15' 30' Vencedor			• Pel	loteo fondo-red (otro jugador)	,		CIO	$\otimes \longleftarrow \bigcirc$		
PARTE PRINCIPAL 15' 30' COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games — modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores jugan). Vencedor					llada da sama	^	1			
Figure 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores luegan). Vencedor			Sorieo	de elección del servició y del	nado de camp	0.				
Figure 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores luegan). Vencedor										
Figure 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores luegan). Vencedor										
Figure 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores luegan). Vencedor										
Figure 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores luegan). Vencedor										
de 3 games —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan). Vencedor			_	_	on forma do li	ga v al mojor	F			
Vencedor	15'	30'								
Vencedor			juegan)).			0			
Vencedor										
Vencedor										
Vencedor										
Vencedor										
COMPETICIÓN Ejercicio 1: competición de dobles en forma de liga y al mejor de 3 tie-break —modificado— (2 jugadores arbitran y 4 jugadores juegan). Vencedor										
Signature Sign			venced	or 6 puntos						
Signature Sign			COMP	ETICIÓN			-			
Vencedor	15'	30'			en forma de li	ga y al mejor	E J E			
Vencedor					2 jugadores	arbitran y 4	C			
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor			Jugadoi	res juegan).						
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor										
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor										
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor										
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor			Vencer	dor 6 nuntos						
PARTE FINAL 15' 30' JUEGO POR EQUIPOS O INDIVIDUAL Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor				-						
Juego 1: el sube y baja de dobles: Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Vencedor										
Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor					UAL					
Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor	15	30			ıntos		J U E			
Vencedor			Equipo	ROJO – AZUL y VERDE: pu	ıntos		G 0			
Vencedor 6 puntos.										
				•						

EDUC			ENTRENADOR:		FECHA	:		
TENN	IS.CON	/1	GRUPO: 9 AÑOS	TRIMESTRE:	: 3° N	I° SEM	ANA: 12ª	Nº SESIÓN: 1
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: COMPETICIÓN POR	EQUIPOS				
TIEMPO	SESIÓN	DESAF	RROLLO DE LA SESIÓN					GRÁFICOS
SESIÓN	SESIÓN		NTAMIENTO TÉCNICO					
1 HORA	2 HORAS	Ejercici						
15'	INICIAL 30'		nfección de los equipos y ord	den de los juga	adores s	egún		
13	30		clasificación.					
		• 30	rteo y orden de juego.					
				-				
				_				
PARTE P	RINCIPAL	СОМР	ETICIÓN					
15'	30'	_	io 1: calentamiento técnico er	n media pista:		E		
13	30		loteo fondo-fondo en media p			E R C	•	8
			loteo fondo-red (volea y rema	,		I C I		,
			loteo fondo-red (otro jugador) rvicios.	•		0	👆 ◀	•
			de elección del servicio y del	lado de camp	0			
			io 2: competición por equipos		0.			
		Los eq	uipos están formados por 2	jugadores. S				
			uales y un doble (el jugador i	nº 1 contra el	nº 1 y el	nº 2		
			el nº 2). dividuales se juegan en med	ia nieta narale	ala v el c	doble		
			a entera. En caso de que e					
			el doble.					
			rtidos son a un set de 4 juego	s (<i>tie-break</i> er	1 4-4).			
30'	60'		ETICIÓN de les pertides:			E J F	•	
			de los partidos: - <mark>AZUL</mark> (VERDE - arbitran)			R		
		2 indivi				CIO	●	
			- VERDE (AZUL - arbitran)			2		
		2 indivi						
		2 indivi	E - AZUL (ROJO - arbitran)			J	4	
		Zilidivi	dudies			C		
						0		
						2		
PARTE	FINAL		ETICIÓN - <mark>AZUL</mark> (VERDE - arbitran)					
		1 doble				E J F		
			- VERDE (AZUL - arbitran)			R		
		1 doble				C I O		
		VERDE 1 doble	E - AZUL (ROJO - arbitran)			2		
			; dor10 pur	ntos.				
			dor 10 pur			E		
		Finalist	a 7 pun	tos.		R C		
			a 7 pun			C		
			ificado5 pun sificado 5 pun			2		
TIEMPO	TOTAL	J Clas	mileau0 5 ματι	ios.				
60'	120'	1						

EDUCA TENNIS.COM

JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: WINNER

OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

FICHA N° 1

MATERIAL: UN
CARRO DE
PELOTAS

VARIANTES: SE JUEGA EN FORMA INDIVIDUAL (SIN LOS PASILLOS

DE DOBLES)

MODALIDAD: DOBLES (FONDO-RED)

DESCRIPCIÓN:

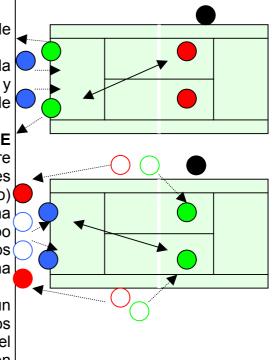
JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo rojo (se sitúa en la red) juega contra el equipo verde (se sitúa en el fondo) y el equipo azul espera su turno en el la valla del fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO, PUNTUACION Y CAMBIO DE POSICIONES: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo verde y se inicia un partido al mejor de tres puntos de la siguiente manera: si el equipo de la red (rojo) hace un punto directo (winner) mantiene la posición gana un winner y pasa a jugar contra el equipo azul (el equipo verde pasa a esperar). También si el equipo rojo gana dos de los tres puntos disputados mantiene la posición gana un winner y pasa a jugar contra el equipo azul.

En el caso de que sea el equipo verde el que realice un punto directo o gane dos de los tres puntos disputados saca de la posición al equipo rojo y pasa a jugar contra el equipo azul (pero no gana ningún winner, solo se pueden ganar winners en la posición de red). El cambio de lado tiene que ser muy rápido ya que cuando un equipo pierde la posición de red el profesor pone la pelota en juego en forma de globo para que el equipo que esté en el fondo realice tras el bote un remate contra el equipo que acaba de llegar a la red.

Gana el primer equipo que consiga 7 winners.



EDUCA TENNIS.COM

JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL DESGUACE FICHA Nº 2

OBJETIVO: DIVERSION MATERIAL: UN

CARRO DE PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN | N° DE JUGADORES: 6-8

VARIANTES: SOLO SE GOLPEA DE DERECHA O DE REVES.

MODALIDAD: GOLPEO EN FORMA DE RUEDA.

DESCRIPCIÓN:

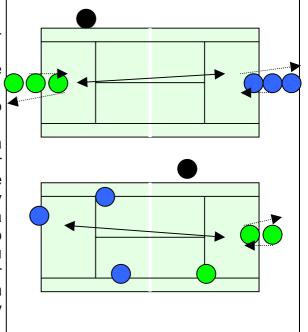
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de trescuatro jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo verde y azul sé posicionan en fila detrás de la línea de fondo.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre uno de los dos equipos.

CAMBIO DE POSICIONES: El primer jugador de la fila tras el bote golpea de fondo y se pone en el ultimo lugar de la fila. Si el jugador que golpea falla la pelota tiene que dejar la raqueta y tiene que jugar con la mano (coger y tirar la pelota). Si el jugador pierde el punto tirando con la mano, se va al desguace. El desguace esta en el pasillo de dobles, él jugador tiene que intentar tocar con su raqueta un golpeo del equipo contrario (tiene que tener como mínimo un pie dentro del pasillo de dobles) de esta manera si lo consigue vuelve a la fila de su equipo y puede jugar con la raqueta.

PUNTUACION: Gana el que envía a todo el equipo contrario al desguace.



EDUCA TENNIS.COM

JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: SUBE Y BAJA DE DOBLES FICHA Nº 3

OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES MATERIAL: UN

CARRO DE PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN | N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: SE SUBE A LA RED SI BOTA EN EL CUADRO DE

SAQUE

MODALIDAD: DOBLES

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

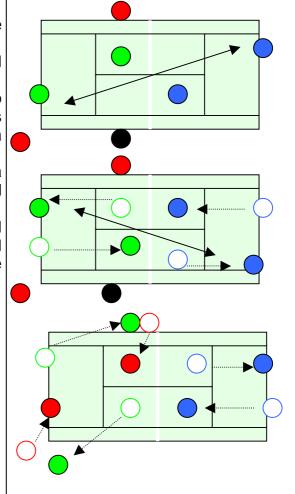
POSICIONES DE INICIO: El equipo verde juega contra el

azul y el rojo espera.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo azul y éste juega un partido contra los equipos rojo y verde alternándose dos puntos con cada uno de los dos equipos.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar el partido pasa a jugar el equipo verde contra el rojo y el azul y por último el equipo rojo juega en contra de los equipos azul y verde.

PUNTUACION: Se juega una liga entre tres equipos al mejor de 11 puntos (juegan dos equipos contra uno). El equipo que va solo y consigue mejor resultado es él que gana.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: LA RUEDA		FICHA Nº 4
OBJETIVO: DIVERSION		MATERIAL: UN CARRO DE
TIEMPO: 15 MIN	N° DE JUGADORES: 6	PELOTAS

VARIANTES: LOS DE FONDO GOLPEAN SOLO DE DERECHA , DE REVES O EN FORMA DE GLOBO POR ENCIMA DE LOS DE LA RED.

MODALIDAD: TRIO

DESCRIPCIÓN:

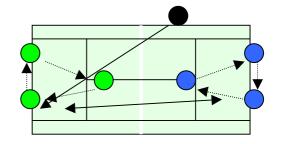
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno.

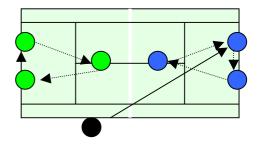
POSICIONES DE INICIO: Los jugadores de cada equipo se sitúan dos en el fondo y uno en la red.

INICIO DEL JUEGO: El profesor inicia el juego de todo el 1r set sobre el jugador de fondo del equipo verde que está situado en la posición de "deuce". El 2º set se inicia sobre el jugador de fondo del equipo azul que está en la posición de "deuce". El 3r set (si lo hubiese) la mitad del set se sirve hacia un equipo y la otra mitad hacia el otro.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar cada punto los jugadores se intercambian las posiciones girando en dirección a las agujas del reloj.

PUNTUACION: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.





JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: TENNIS VOLEY FICHA N° 5

OBJETIVO: VOLEA MATERIAL: UN

CARRO DE PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: JUGANDO GOLPEANDO TRAS EL BOTE. JUGANDO GOLPEANDO POR ENCIMA DE UNA CINTA.

MODALIDAD: TRÍO

DESCRIPCIÓN:

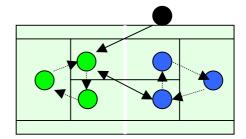
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: Los jugadores de cada equipo se sitúan dos en la red y uno en tres cuartos de pista.

INICIO DEL JUEGO: El profesor inicia el juego sobre uno de los dos equipos. Los jugadores de ambos equipos pueden golpear de tres formas. 1ª directamente de volea, 2ª pasándola a un compañero y éste sin dejarla botar de volea y 3ª realizar dos pases antes de volear hacia el equipo contrario.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar cada punto los jugadores se intercambian las posiciones girando en dirección a las agujas del reloj.

PUNTUACION: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: DOS CONTRA UNO

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

FICHA N° 6

MATERIAL: UN
CARRO DE
PELOTAS

VARIANTES: GOLPEANDO LA PAREJA SOLO DE DERECHA O DE REVES. GOLPEANDO POR ENCIMA DE UNA CINTA.

MODALIDAD: DOS GOLPEAN EN FORMA DE RUEDA Y UNO GOLPEA SOLO

DESCRIPCIÓN:

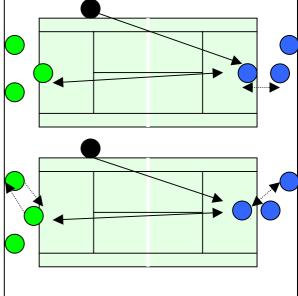
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno y solo vale el campo individual.

POSICIONES DE INICIO: En el 1r set el equipo verde juega en la modalidad de individual contra el equipo azul que golpean en forma de rueda. En el 2º set es el equipo azul el que juega en individual y el equipo verde el que juega en forma de rueda. El 3r set cada equipo juega la mitad del set en individual.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre la pareja.

CAMBIO DE POSICIONES: Si el jugador que juega solo gana el punto mantiene la posición, si pierde el punto es sustituido por uno de sus compañeros. Lo mismo la pareja, aunque solo es sustituido el jugador que falla el punto.

PUNTUACION: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL TRÍO FICHA Nº 7

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: UN

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: LA PAREJA GOLPEA SIEMPRE DE DERECHA O DE REVES. SI BOTA EN EL CUADRO DE SAQUE HAY QUE SUBIR A RED MODALIDAD: DOS GOLPEAN EN FORMA DE RUEDA Y UNO GOLPEA SOLO.

DESCRIPCIÓN:

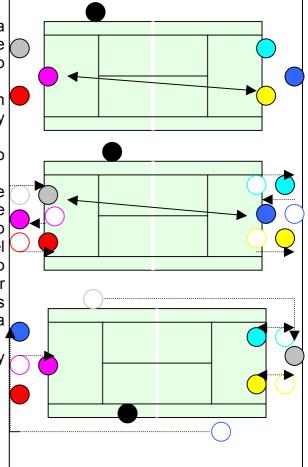
JUGADORES: Se juega siempre dos jugadores contra uno. La pareja no puede golpear hacia los pasillos de dobles pero si el que va solo. Se trata de intentar ganar o mantener la posición de solo

POSICIONES DE INICIO: En un fondo de la pista hay un jugador jugando y dos esperando, en el otro fondo hay dos jugadores jugando y uno esperando.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre cualquiera de los jugadores.

CAMBIO DE POSICIONES: Si el jugador que va solo le gana el punto a la pareja, éste mantiene la posición de jugar solo y con la pareja se retiran para que entren el trío que estaba en espera. Si el jugador que va solo pierde el punto, pierde también la posición de solo intercambiándose rápidamente la posición con el jugador de la pareja que le ha ganado el punto(mientras intercambian la posición entran a jugar el trío que estaba en espera).

PUNTUACION: Solo se puntúa en la posición de solo y gana el primero que llega a 7 puntos.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL GRAN SLAM FICHA Nº 8

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: UN

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: EN LA MODALIDAD DE DOBLES

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

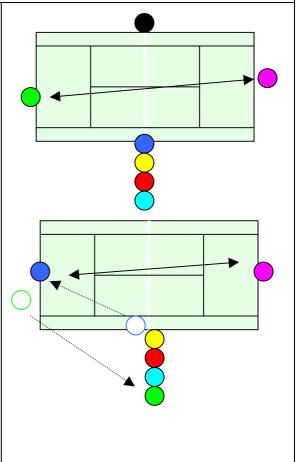
JUGADORES: Se juega individual. Los jugadores eligen jugar uno de los cuatro torneos del Gran Slam (Wimbledon, Roland Garros, Open USA o Open de Australia)

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores en cada uno de los fondos de la pista, el profesor en el poste de la red, y cuatro jugadores en fila esperando en el otro poste de la red.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre uno de los dos jugadores.

CAMBIO DE POSICIONES: El jugador que gana el punto mantiene la posición, el que pierde se va a esperar al poste y cede su sitio a un compañero que viene corriendo desde el poste de la red y golpea la pelota que a puesto en juego el profesor.

PUNTUACION: Se puntúa como si se pasaran rondas en un torneo. Se empieza a contar de 1/6 de final, si el jugador gana el punto pasa a 1/8 si gana pasa a 1/4 si gana pasa a 1/2 si gana pasa a la final y si gana la final gana el torneo. Si un jugador pierde un punto se va al ultimo lugar del poste de espera y empieza otra vez desde 1/16 de final.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL REY EN MEDIA PISTA PARALELA FICHA Nº 9

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL:

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 3

VARIANTES: OBLIGANDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA

MANERA

MODALIDAD: INDIVIDUAL

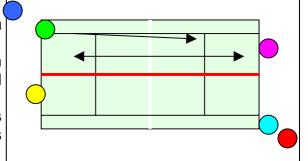
DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Se juegan puntos en media pista paralela en forma individual.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores realizan un punto en media pista paralela mientras uno espera en el fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO: El jugador dispone de dos servicios para desde la línea de fondo del pasillo de dobles introducir la pelota en el cuadro de saque.

CAMBIO DE POSICIONES Y PUNTUACION: Cada uno de los jugadores que sirven juegan un punto y el primero que consiga 3 puntos gana la posición de solo y pasa a ser el rey.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL REY SIRVIENDO EL PROFESOR

APROXIMACION A LA RED

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

TIEMPO: 15 MIN | N° DE JUGADORES: 6

FICHA N°10

MATERIAL: UN

CARRO DE PELOTAS

VARIANTES: GOLPEANDO LA PELOTA QUE SIRVE EL PROFESOR

DE DEFENSA, DE ATAQUE, DE VOLEA, DE REMATE ETC.....

MODALIDAD: INDIVIDUAL

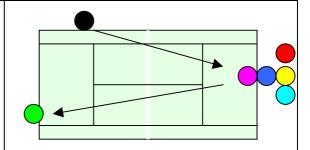
DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Hay un jugador que va solo y otros cinco que esperan en el otro lado de la pista.

POSICIONES DE INICIO: El jugador que va solo se coloca en el centro de la pista, los cinco jugadores que esperan se colocan en fila detrás de la línea de fondo.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego para que el primer jugador de la fila pueda realizar un golpe de aproximación a la red.

CAMBIOS DE POSICION: El jugador que consigue ganar tres puntos al rey le gana la posición y pasa él a ser el rey.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: LA COPA DAVIS FICHA Nº11

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES Y DOBLES | MATERIAL: SEIS

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: OBLIGÁNDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA

MANRERA

MODALIDAD: INDIVIDUAL Y DOBLES

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Se forman dos equipos de tres jugadores cada uno. Estos se numeran del 1º al 3º(según clasificación o nivel de juego). Se juega a un tie-break en media pista paralela, excepto el partido de dobles que se juega en la pista entera.

POSICIONES DE INICIO Y CAMBIOS: 1ª ronda: los números 1 contra los 2 y 3 (juegan golpeando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera).

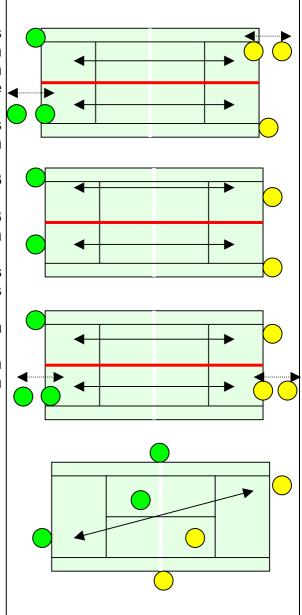
2ª ronda: él numero 2 contra el numero 2 y el 3 contra el 3 (los números 1 arbitran).

3ª ronda: él numero 1 contra el 1 y los números 2 y 3 contra los 2 y 3 (jugando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera).

4ª ronda: un doble jugando ambos equipos con tres jugadores, pero el jugador que falla o le ganan el punto es sustituido por el que espera

INICIO DEL JUEGO: En media pista paralela: desde la línea de fondo del pasillo de dobles.

PUNTUACION: Cada partido ganado por un equipo es un punto, el equipo que sume mas puntos es el que gana la eliminatoria.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL POZO EN MEDIA PISTA FICHA Nº12

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: NUEVE

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: OBLIGANDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA

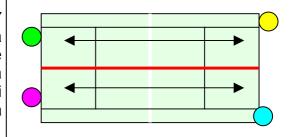
MANERA

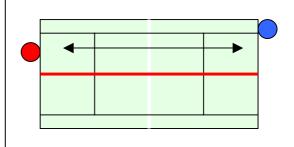
MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES, POSICIONES DE INICIO, CAMBIOS Y PUNTUACION: Se juega un tie-break en media pista paralela sirviendo desde la línea de fondo del pasillo de dobles, la ultima media pista es el pozo y la primera es la pista ganadora. Si se gana el tie-break se sube de pista si se pierde se baja. Gana quien esté en la primera media pista al finalizar las tres primeras rondas.

Hay que colocarlos al principio por orden de calidad.





JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: PARTIDO A 7 PUNTOS EN MEDIA

PISTA CRUZADA

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES:

VARIANTES: EN LA MODALIDAD DE DOBLES

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

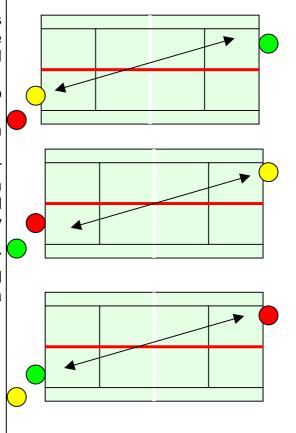
JUGADORES: Se juega un partido de un equipo de dos jugadores (amarillo y rojo) contra un jugador (verde) que va solo utilizando media pista cruzada, decidiendo el profesor si valen los posillos de dobles o no.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores juegan un punto mientras el otro jugador del equipo espera su turno.

INICIO DEL JUEGO: El equipo siempre sirve y se turnan a jugar un punto completo cada jugador.

CAMBIOS DE POSICION: Cuando se finaliza el primer partido a 7, el jugador amarillo pasa a jugar en la posición de solo y el jugador verde pasa a formar equipo con el rojo. Por último el jugador rojo pasa a la posición de solo y juega contra el verde y el amarillo.

PUNTUACION: Gana el partido el primero que llegue a 7 puntos (con dos de diferencia) y gana la competición el que mejor resultado obtenga de los tres partidos en la posición de solo.



FICHA N°13

MATERIAL: SEIS

PELOTAS

JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: PARTIDO A MENOS 1 EN MEDIA

FICHA Nº14

PISTA PARALELA

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: SEIS

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN | N° DE JUGADORES: 3 EN

MEDIA PISTA

VARIANTES: JUGANDO EN MEDIA PISTA CRUZADA. EN LA

MODALIDAD DE DOBLES.

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

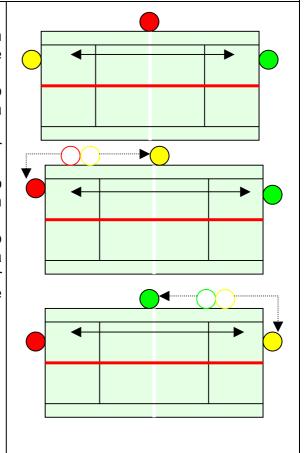
JUGADORES: Se juega una competición fijando un tiempo determinado y utilizando media pista paralela entre tres jugadores.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores juegan un punto mientras el otro jugador espera su turno en un poste de la red.

INICIO DEL JUEGO: Es el profesor el que debe elegir entre servir por arriba o por abajo.

CAMBIOS DE POSICION: El jugador que gana el punto mantiene posición, el que pierde intercambia la posición con el que espera en la red.

PUNTUACION: Todos los jugadores empiezan con cero puntos, cada vez que un jugador pierde un punto se resta menos 1 punto. Al finalizar el tiempo fijado por el profesor el jugador que tenga menos puntos negativos es el que vence.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: OLIMPICO	FICHA Nº 15
OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES	MATERIAL: UN CARRO DE
TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6	PELOTAS

VARIANTES: SE JUEGA EN FORMA INDIVIDUAL (SIN LOS PASILLOS

DE DOBLES)

MODALIDAD: DOBLES (FONDO-RED)

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo rojo (se sitúa en la red) juega contra el equipo verde (se sitúa en el fondo) y el equipo azul espera su turno en el la valla del fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO, PUNTUACION Y CAMBIO DE POSICIONES: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo verde y se realiza un punto: si el equipo de la red (rojo) hace un punto directo (suma un punto), gana el que mas puntos suma.

Para subir a la red hay dos posibilidades o realizar un punto directo o que el equipo de la red falle dos veces consecutivas (si los errores son alternados conservan la posición).

Los equipos que están jugando de fondo se intercambian sus posiciones en dos situaciones: que el equipo que está jugando falle tres veces o que reciba un punto directo por parte del equipo de la volea.

En caso que el cambio de jugadores de fondo a red se realice por un punto directo la pelota será puesta en juego por el profesor con un globo (para que los jugadores puedan intercambiar sus posiciones), en caso que el cambio se realice por dos fallos consecutivos de los jugadores en la red la pelota será puesta en juego convencionalmente.

